JOCURILE NOASTRE DE TOATE ZILELE ERIC BERNE

O NOUĂ INTRODUCERE (2004) CA ŞI CÂND O UŞĂ NE-AR APĂREA BRUSC ÎN FAŢĂ

într-o dimineaţă rece de iarnă, acum 40 de ani, supervizorul meu mi-a dat un exemplar din Jocurile noastre de toate zilele, remarcând că, în ciuda titlului neobişnuit, autorul imprimase o nouă direcţie psihiatriei. La vremea aceea, eram în primul an de rezidenţiat în psihiatrie, la Universitatea „McGill" din Quebec, iar supervizorul meu, dr. Heinz Lehman, era, poate, cel mai influent psihiatru din America de Nord. Cu un an înainte, introdusese torazina (largactilul) ca tratament al schizofreniei în America de Nord, pas care a revoluţionat tratamentul bolilor mintale grave.

Nici dr. Lehman, nici eu nu ştiam pe atunci că Eric Berne crescuse în Montreal şi absolvise Universitatea „McGill". Cinci ani mai târziu,

participând la grupurile terapeutice ale lui Beme din San Francisco, am aflat că aveam în comun şi alte lucruri: primele noastre diplome erau în domeniul limbilor clasice şi ne pasiona p

eJOCURILE NOASTRE DE TOATE ZILELE ERIC BERNE

O NOUĂ INTRODUCERE (2004) CA ŞI CÂND O UŞĂ NE-AR APĂREA BRUSC ÎN FAŢĂ
într-o dimineaţă rece de iarnă, acum 40 de ani, supervizorul meu mi- a dat un exemplar din Jocurile noastre de toate zilele, remarcând că, în ciuda titlului neobişnuit, autorul imprimase o nouă direcţie psihiatriei. La vremea aceea, eram în primul an de rezidenţiat

în psihiatrie, la Universitatea „McGill” din Quebec, iar supervizorul meu, dr. Heinz Lehman, era, poate, cel mai influent psihiatru din America de Nord. Cu un an înainte, introdusese torazina (largactilul) ca tratament al schizofreniei în America de Nord, pas care a revoluţionat tratamentul bolilor mintale grave.
Nici dr. Lehman, nici eu nu ştiam pe atunci că Eric Berne crescuse în Montreal şi absolvise Universitatea „McGill”. Cinci ani mai târziu, participând la grupurile terapeutice ale lui Beme din San Francisco, am aflat că aveam în comun şi alte lucruri: primele noastre diplome erau în domeniul limbilor clasice şi ne pasiona pe amândoi felul în care trecutul îi afectează pe oameni — unii îl lasă să hotărască cine sunt, în timp ce alţii fac din el parte a viitorului lor. însă ceea ce m-a impresionat cel mai mult la Beme au fost patru caracteristici personale: inteligenţa vie; concentrarea precisă ca laserul; umorul sec, excentric şi capacitatea lui de a detecta o ordine şi anumite tipare în haosul aparent al interacţiunilor umane.

Cititorul va regăsi în carte toate aceste caracteristici. Una dintre calităţile analizei jocurilor din perspectiva lui Beme este aceea că face legătura între experienţele interioare ale oamenilor şi comportamentele lor interpersonale, între latura psihologică şi cea socială, atât pe moment, cât şi de-a lungul timpului. Numele surprinzătoare şi adesea amuzante pe care le-a dat jocurilor descrise ne fac să le privim mai atent, să le înţelegem puţin altfel şi să ne recunoaştem cu puţin umor chiar pe noi înşine în ele. Este posibil ca unii dintre primii cititori să fi dat cartea partenerului sau unui prieten cu o remarcă triumfătoare sau chiar condescendent-răzbunătoare de genul „Te-a ghicit!”, însă nu aceasta a fost intenţia lui Beme. El ne-a invitat să râdem de absurdităţile şi capriciile noastre, dar umorul său n-a fost răuvoitor.
Mai degrabă este ca şi când ne-ar apărea brusc în faţă o uşă pe care o putem deschide. Iar în privinţa tratamentului pacienţilor, Berne a creat o altă asemenea uşă. El le-a cerut pacienţilor un contract clar: „Ce vrei să schimbi la tine? Cum vei şti când o vei face?”,

întrebări care au condus la o delimitare clară a obiectivelor şi, astfel, la criterii precise pe baza cărora să fie judecat succesul tratamentului — ceea ce dă o direcţie clară terapiei. Beme obişnuia să spună:
„Eu nu fac terapie de grup, eu vindec oameni”.

Pentru a putea publica Jocurile noastre de toate zilele în 1964, Beme şi prietenii săi au trebuit să plătească

ăeditura din banii lor. Spre surpriza celor ce au respins-o, cartea a devenit un mare succes, iar termeni precum „stroke” (stimulare/semn de recunoaştere)', „joc”,

„racket” (deghizare a unui sentiment inacceptabil social)”, „tranzacţie”, „Copil”, „Părinte” şi .Adult” au intrat rapid în cultura populară a anilor 1960 şi 1970, deşi, deloc rar, cu înţelesuri şi conotaţii pe care Beme nu le-a intenţionat niciodată.
Din păcate, succesul a transformat analiza tranzacţională într-un circ al psihologiei de popularizare. Ceea ce s-a pierdut adesea în acest vârtej a fost faptul că analiza tranzacţională este o abordare cognitiv- comportamentală serioasă a psihoterapiei, care conţine, de asemenea, modalităţi foarte eficace de gestionare a modelelor interne ale eului şi ale alterităţii, precum şi a altor probleme psihodinamice.
Până la momentul în care situaţia s-a stabilizat şi analiza tranzacţională a intrat în perioada de acalmie după momentul celebrităţii au fost adăugate concepte şi intervenţii noi, multe dintre vechile idei fiind modificate. Apoi Berne a murit şi, cel puţin în Statele Unite, schisma care a pornit de la disputa în jurul

' Beme utilizează cuvântul „stroke” într-o varietate de sensuri (printre altele, cuvântul poate însemna „mângâiere”, dar şi „lovitură”), însă, ca termen psihologic, el se referă la un act de recunoaştere prin stimulare: „Putem defini o stimulare (stroke) ca fiind un semn de recunoaştere (...), un mijloc prin care una dintre cele două persoane recunoaşte existenţa celeilalte prin intermediul unui gest, unei acţiuni, unui cuvânt” (Alain Cardon, Vincent Lenhardt, Pierre Nicolas, Analiza tranzacţională, Editura Codecs, Bucureşti, p. 80). (N.red.)

„ în limba engleză curentă, „racket” înseamnă, printre altele, „tărăboi” şi „contrabandă”. Definiţia cea mai curentă a noţiunii psihologice de racket este „cea de deghizare a unei emoţii printr-o alta”.

„Un racket, în Analiza tranzacţională, este substituirea expresiei unui sentiment sau a unei emoţii profunde şi autentice cu expresia unui alt sentiment sau a unei alte emoţii «mai acceptabile» din punct de vedere social” (Alain Cardon, op. cit., pp. 127 şi 130). (N.red.

)„reparentajului” pacienţilor prin inducerea regresiei în copilărie a sleit forţele analizei tranzacţionale şi ale practicanţilor ei. Totuşi, rădăcinile au rămas puternice.

ANALIZA TRANZACŢIONALĂ ÎN PREZENT

Peste 10 000 de oameni de pe tot cuprinsul globului îşi spun astăzi „analişti tranzacţionali”. Există grupări regionale oficiale în multe ţări, o organizaţie internaţională şi cinci asociaţii multinaţionale: Asociaţia Internaţională de Analiză Tranzacţională (ITAA), Asociaţia Americană de Analiză Tranzacţională (ATAA), Asociaţia de Analiză Tranzacţională a Pacificului de Vest (WPATA), Asociaţia Latino- Americană de Analiză Tranzacţională (ALAT) şi Asociaţia Europeană de Analiză Tranzacţională (EATA). Numai ultima numără circa 6 000 de membri. în alcătuirea acestor organizaţii intră atât nespecialişti, cât şi profesionişti. Certificarea prin examinarea competenţelor în domeniul psihoterapiei, consilierii, educaţiei şi dezvoltării organizaţionale asigură controlul calităţii şi este o sursă de membri noi. în ţări precum Marea Britanie şi Australia, formarea în analiză tranzacţională poate face parte din materiile de la nivelul de masterat.

Bazându-se pe observaţii atente şi intuiţii perspicace, pe care le-a formulat sub forma unor generalizări practice şi a unor diagrame didactice utile, Beme şi-a prezentat ideile în termenii ştiinţifici ai vremii sale. însă acum noi le putem înţelege în termenii ştiinţifici ai timpului nostru. Să vă dau câteva exemple:
Berne a definit stroke (stimularea) drept un semn de recunoaştere oferit de o persoană unei alte persoane, esenţial pentru sănătatea fizică şi psihică. Astăzi, deprivarea maternă, ataşamentul sugarului şi rolul atingerii fizice în cadrul stării de bine sunt, probabil, zonele cele mai cercetate din domeniul sănătăţii mintale. S-a demonstrat, de pildă, că bebeluşii au nevoie de stroke-uri fizice (de mângâieri) pentru a rămâne în viaţă, chiar dacă stimulările (strokes) fizice devin tot mai puţin necesare pe măsură ce învăţăm să facem schimb de semne de recunoaştere (stroke) verbale şi nonverbale.
STĂRILE EULUI

Beme a descris stările eului ca fiind moduri coerente de gândire, simţire şi comportament ce apar împreună. Astăzi, le putem conceptualiza şi ca manifestări ale unor reţele neuronale specifice din creier. Datorită progreselor neuroimagisticii, reţelele neuronale pot fi văzute în mod concret.

Reţelele neuronale ce se dezvoltă în perioada timpurie a vieţii au fost numite de Beme stări ale eului din „Copil”. Când activăm o asemenea stare, ne comportăm asemenea copilului care am fost odată. Reţelele neuronale care reprezintă

intemalizarea oamenilor care ne-au crescut, aşa cum i-am perceput noi, au fost numite de Beme „Părinte”. Când suntem în Părinte, gândim, simţim şi acţionăm ca unul dintre părinţii noştri sau ca una dintre persoanele care le- au ţinut locul. Stările eului care gestionează ceea ce se întâmplă aici şi acum într-un mod nonemoţiona

lsunt numite „Adult”. Când suntem în Adult, evaluăm realitatea în mod obiectiv şi luăm decizii pe baza faptelor, asigurându-ne totodată că emoţiile sau ideile din Copil sau Părinte nu contaminează procesul.
Trebuie remarcat că stările eului sunt reale şi observabile, nu ipotetice precum Eul, Se-ul şi Supraeul din psihanaliză. Trebuie remarcat, de asemenea, că fiecare dintre noi are toate cele trei stări ale eului şi că le încarcă cu energie în mod diferit, în funcţie de moment şi situaţie. Cu alte cuvinte, Adultul, care este o stare a eului sau un grup de stări ale eului, nu este acelaşi lucru cu o fiinţă umană adultă.
Odată identificată o stare a eului, ea este mai uşor de recunoscut după aceea, iar această conceptualizare ne permite descrierea tranzacţiilor dintre stările din interiorul aceluiaşi eu sau dintre stările unui individ sau cele ale altor oameni.
Fiecare tranzacţie are două părţi: un stimul şi un răspuns. Tranzacţiile individuale fac şi ele parte, de obicei, dintr-o serie. Analiza unor asemenea serii ne permite să deosebim

comunicarea de succes de cea nereuşită şi să examinăm în detaliu cum obţin oamenii stroke-uri, cum îşi petrec timpul şi cum relaţionează unii cu alţii. După cum se va discuta mai târziu, jocurile sunt modalităţi foarte specifice de relaţionare şi interacţiune cu ceilalţi.

ANALIZA JOCURILOR

în Jocurile noastre de toate zilele, Beme descrie jocul drept o serie de tranzacţii cu un anumit tipar predictibil, care aparent sunt sincere, dar care, de fapt, au motivaţii ascunse şi conduc la un rezultat previzibil bine definit.

Jocurile sunt metode obişnuite, disfuncţionale, de obţinere a semnelor de recunoaştere (strokes), iar cei implicaţi nu sunt pe deplin conştienţi de cele două niveluri ale tranzacţiilor în care sunt angajaţi. Beme n-a vrut niciodată să sugereze că persoana îi manipulează conştient sau îi derutează deliberat pe ceilalţi, cum se înţelege azi în mod

obişnuit prin expresii de genul „A te juca cu mintea cuiva” sau prin jocurile de război marital precum cel din piesa lui Albee Cui i-e frică de Virginia Woolf?
Beme se aştepta ca analiza jocurilor să fie îmbunătăţită pe măsură ce se acumulau noi cunoştinţe, însă el a formulat elementele teoretice de bază ale analizei jocurilor: teza, scopul, rolurile, tranzacţiile, paradigma, mutările, şase tipuri de beneficii şi răsplata. El a schiţat totodată şi câteva sisteme de clasificare. Ulterior (1972), trebuia să elaboreze formula lor de bază. Dacă o serie de tranzacţii nu se potrivea acestei formule, ea nu era considerată un joc. Această formulă a jocului este următoarea:

M + S = Rs — C — Bn

Momeală Stratagemă Răspuns Comutare Beneficiu negativ

„Momeala” este prima mutare/invitaţie făcută de iniţiator, persoana A. „Stratagema” este slăbiciunea Persoanei B, care o face să răspundă la momeală. „Comutarea” reprezintă trecerea într-o altă stare a eului a Persoanei A. „Beneficiul negativ” este răsplata ei, o emoţie surprinzătoare. Pentru a face şi mai clară această formulă, să luăm exemplul lui Johnny, copilul care a minţit.

în timp ce părinţii lui şi prietenii acestora beau o cafea la masa din bucătărie, Johnny, în vârstă de cinci ani, intra şi ieşea în fugă din încăpere, trăgând fericit după el camionul preferat. Brusc, în sufragerie se aude o izbitură. Intrând în cameră, mama găseşte o vază spartă, căzută de pe măsuţa de cafea.

— Cine a făcut asta?, întreabă ea.

— Căţelul, răspunde el.

Mama se înroşeşte de furie. Ştia că dăduse drumul afară câinelui cu cinci minute înainte. Se apropie de copil şi îl loveşte spunând:

— Nu vreau să cresc un copil care minte!

Era evident cine spărsese vaza. Prin urmare, întrebarea mamei legată de cine spărsese vaza, deşi la prima vedere părea o cerere de informaţii a Adultului, la nivel psihologic era, de fapt, o invitaţie la minciună pentru Johnny — ceea ce el a şi făcut. înroşindu-se de furie, mama a trecut din starea eului de Adult în cea de Părinte. Beneficiul ei negativ a fost sentimentul brusc şi surprinzător de mânie îndreptăţită.
Am spune că acea mamă a jucat jocul „Acum te-am prins, ticălosule!" (ATPT). Trebuie remarcat totuşi că ea nu a căutat în mod deliberat şi conştient să-şi „prindă" fiul şi să-l lovească. Dimpotrivă, ea a fost foarte afectată de rezultat. Johnny, în schimb, a jucat „Dă- mi un şut". Dacă ar fi răspuns „Eu am făcut-o", n-ar mai fi avut loc niciun joc.
ANALIZA JOCURILOR DE LA BERNE ÎNCOACE
Unul dintre cele mai clare moduri de analizare a jocurilor a fost prezentat de Bob şi Mary Goulding la sfârşitul anilor 1970. Pentru ei, un joc constă în următoarea succesiune de tranzacţii:

1. Persoana A transmite un mesaj aparent şi, în acelaşi timp, un mesaj ascuns.
2. Persoana B răspunde la mesajul ascuns.
3. Persoana A trece într-o altă stare a eului şi are un sentiment surprinzător şi neplăcut.

Folosind scena dintre Johnny şi mama lui, putem analiza jocul după cum urmează:
Mama (Persoana A): tranzacţia aparentă: „Cine a făcut asta?” La nivel social, este doar o întrebare menită să ducă la aflarea faptelor. La nivel psihologic, este o invitaţie la minciună pentru Johnny.
Johnny (Persoana B): „Câinele”. Johnny răspunde tranzacţiei ascunse.
Mama (Persoana A): Mama se înroşeşte în timp ce trece dintr-o stare a eului într-alta şi sfârşeşte simţind o emoţie neplăcută surprinzătoare.
Jocurile, notau soţii Goulding, sunt foarte util numite după sentimentul final sau după concluzia trasă de iniţiator. De vreme ce mama a iniţiat secvenţa, iar la final a simţit o

furie îndreptăţită la descoperirea unei fapte rele, acest joc a fost numit „Acum te-am prins, ticălosule!” (ATPT). Johnny a jucat, în schimb, „Dă-mi un şut”, ce se termină cu sentimentul de a fi lovit.

TRIUNGHIUL DRAMATIC

Dezvoltând ideile lui Beme privind rolurile în cadrul jocului, Steve Karpman observa la sfârşitul anilor 1960

că în toate dramele trebuie să existe o victimă. Mai mult, pentru a fi victimă, o persoană are nevoie fie de un salvator, fie de un persecutor. Pentru a continua drama, oamenii schimbă rolurile între ei sau aduc în joc terţe părţi, formând un triunghi dramatic de interacţiune.

în jocuri, aceste trei roluri sunt interschimbabile, fiind jucate de toţi participanţii. Când cineva joacă iniţial unul dintre roluri, poate fi surprins să constate că a ajuns să joace în alt rol. în exemplul de mai sus, mama începe ca un posibil salvator, trece în victimă, iar

apoi sfârşeşte ca fiind persecutorul lui Johnny. Băiatul, Johnny, a trecut din persecutor (al mamei) în victimă.
La mijlocul anilor 1970, Jacqui Schiff şi adepţii săi au observat că într-un joc participanţii nu-şi folosesc toate stările eului. De pildă, în jocul ATPT, o persoană îşi activează stările eului de Părinte şi Adult, în timp ce cealaltă îşi activează Copilul. împreună, ele îşi activează toate cele trei stări ale eului. Este ca şi când ar forma o persoană completă doar împreună.
în exemplul cu Johnny, mama acestuia a funcţionat în stările eului de Părinte şi Adult, iar Johnny, în cea de Copil. Dacă acest joc este jucat în mod repetat, există pericolul ca Johnny să nu devină un adult capabil să se simtă vinovat din interior, ci să crească fiind preocupat de umilirea din exterior şi încercând fie să le facă pe plac, fie să li se opună, fie să-i înşele pe cei învestiţi cu autoritate. Adică nu va reuşi să-şi folosească în mod adecvat propriul Părinte şi propriul Adult.

Persoana care iniţiază un joc o face desconsiderând, neluând în calcul ceva. Desconsiderările pot fi de patru feluri: (1) desconsiderarea faptului că există o problemă, (2) desconsiderarea importanţei problemei, (3) desconsiderarea faptului că problema poate fi soluţionată de către persoana în cauză şi
(4) desconsiderarea faptului că problema poate fi soluţionată de oricine.
Mama lui Johnny a ignorat faptul că dulăul era afară şi că zglobiul Johnny se afla lângă vaza spartă. A mai desconsiderat, de asemenea, faptul că n-a avut grijă pe deplin ca incinta casei să fie un loc sigur pentru copil. Un răspuns mai adecvat din partea ei ar fi fost: „Nu te apropia” sau „Du-te şi adu mătura”.

JOCURILE ÎN CONTEXTUL SCENARIULUI

în 1979, R.G. Erskine şi M.J. Zalcman au dezvoltat ideea lui Beme că beneficiul negativ al jocului reîntăreşte poziţia de viaţă fundamentală a persoanei, atitudinea de bază pe care persoana o are faţă de sine şi ceilalţi, precum şi deciziile sale de scenariu. Cu alte

cuvinte, scenariile sunt construite din jocuri repetate şi beneficiile lor negative. însă, încă din lucrarea de faţă, Beme observa cât de uşor se poate transforma jocul „Datornicul” într-un plan de viaţă.
Este posibil ca mama lui Johnny să fi simţit la final încă o dată că oamenii (sau bărbaţii) nu sunt OK şi că o vor minţi, confirmându-şi astfel vechile decizii cu privire la sine, la ceilalţi şi la ce se poate aştepta pe această lume. Evident, o asemenea ipoteză trebuie să fie verificată cu atenţie; altfel este doar o pură speculaţie.
Se poate, de asemenea, ca ea să creeze situaţii ce-i produc sentimente neplăcute pe care apoi să le poată folosi pentru a-şi întări scenariul. De exemplu, ar putea să încerce să adune sentimente negative care să-i justifice exprimarea fără sentimente de vinovăţie a antipatiei sale faţă de Johnny şi a dorinţei de a scăpa de el, sau pe care să le folosească pentru a-şi justifica divorţul fără să se simtă vinovată. într-un asemenea caz, aceste sentimente pot fi numite emoţii „deghizate” (racket) emoţional. Ea şi- ar utiliza

supărările ca pe nişte bonuri valorice (stamps), strângându- le pentru a obţine cu ele mai târziu un „premiu”.
înregistrări video recente ale bebeluşilor cu mamele lor demonstrează că unele jocuri sunt jucate încă din primul an de viaţă. Se presupune că ele sunt înregistrate ca tipare de comportament în memoria implicită cu mult timp înaintea achiziţiei limbajului de către copil. După cum nota Beme, ne învăţăm în mod activ copiii să joace anumite jocuri psihologice. într-adevăr, secvenţa descrisă mai sus dintre Johnny, băieţelul de cinci ani, şi mama lui ar putea fi doar cea mai recentă dintr-o serie lungă de tranzacţii identice, în care Johnny este învăţat să joace „Dă-mi un şut”.
în 1977, Fanita English scria că jocurile apar atunci când oamenii nu pot determina o altă persoană să le ofere stimulări (strokes) în stilul în care erau obişnuiţi în copilăria timpurie şi de aceea preferă să exprime nişte sentimente care să le acopere pe cele interzise („deghizare” — „racketeering”). Ca răspuns, ei trec dintr-o stare a eului în alta.

Ea a tras concluzia că există, de fapt, doar trei tipare majore: ATPT, în care o persoană trece din Copilul neajutorat sau rebel în Părinte; „Dă-mi un şut”, în care persoana trece din Părintele autoritar sau de ajutor în Copil; „Scandal”, în care ambii parteneri îşi schimbă simultan stările eului şi continuă. English a descris şi felul în care oamenii joacă uneori jocuri care confirmă două poziţii de viaţă diferite. De exemplu, o persoană de tipul mamei lui Johnny ar putea juca ATPT, care îi reîntăreşte poziţia „Eu sunt OK, tu nu eşti OK”, iar apoi, sub stres, poate comuta la „Dă-mi un şut”, care îi reîntăreşte poziţia de viaţă „Eu nu sunt OK, tu eşti OK”. Astăzi, putem considera că acesta este un exemplu de reîntărire a două seturi de principii organizatoare de bază ale unei persoane: unul din memoria explicită („Eu sunt OK, tu nu eşti OK”) şi altul mai profund, din memoria implicită („Eu nu sunt OK, tu eşti OK”). Legat de acest lucru, după ce Jocurile noastre de toate zilele a fost publicată, Beme obişnuia să vorbească despre

„tricouri” psihologice: partea din faţă a tricoului poartă un mesaj de genul „Te rog, iubeşte-mă”, dar când posesorul se întoarce, pe spate se poate citi „Nu tu, prostule”. C. Steiner subliniază faptul că jocurile sunt lupte de putere pentru obţinerea semnelor de recunoaştere (strokes) atât de necesare pentru supravieţuirea psihică a adulţilor, dar care, în general, sunt în număr redus din cauza restricţiilor sociale şi a regulilor interne care- i împiedică pe oameni să le schimbe între ei în mod liber.

JOCURILE ÎN CONTEXTUL GRUPURILOR MAI MARI

Recent, Charlotte Sills a subliniat că, atunci când oamenii joacă în mod repetat acelaşi joc în cadrul unui grup, ei îşi pot exprima o dilemă umană fundamentală pe care grupul n-a abordat-o. Cu alte

cuvinte, o persoană poate juca ATPT sau „Cusurgiul” nu din cauza unor probleme personale, ci pentru a da glas evitării inconştiente de către grup a abordării problemei general umane a încrederii

.ANALIZA TRANZACŢIONALĂ: PREZENT ŞI VIITOR

în ziua de azi, analiza tranzacţională, inclusiv analiza jocurilor, este folosită într-o varietate largă de domenii — psihoterapie individuală, de grup şi maritală, consiliere, educaţie şi dezvoltare organizaţională. Conceptele sale de bază par să fie susţinute de progresele recente din neuroştiinţe. Cele mai puternice dovezi sunt cele care vin în

sprijinul conceptelor de „stroke” (stimulare) şi de „stare a eului”, iar acestea sunt elementele fundamentale ale abordării tranzacţionale. Cercetările privind rezultatele tratamentului şi satisfacţia pacienţilor au arătat că metoda este foarte eficientă, însă două curente dominante ale sănătăţii mintale se dovedesc a fi relevante în mod direct pentru importanţa analizei tranzacţionale în secolul XXI: psihologia pozitivă şi mentalizarea.

Recent, s-a intensificat interesul pentru rolul unor fenomene precum recunoştinţa, speranţa, optimismul, starea de flux, meditaţia şi intimitatea în viaţa şi în îmbătrânirea satisfăcătoare. Acest tip de idei au fost foarte importante în mişcarea psihologică umanistă din anii 1960, dar propovăduitorii lor nu erau prea interesaţi de cercetare. Astăzi s-au realizat asemenea cercetări, viaţa călugăriţelor, cea a studenţilor şi a altora fiind examinate în mod activ în cadrul unor studii atât retrospective, cât şi prospective.

Psihologia pozitivă, cum se numeşte acum această mişcare, a fost întotdeauna un element important al analizei tranzacţionale, datorită accentului pus de Beme pe obţinerea legitimă de semne de recunoaştere (strokes) pentru ceea ce eşti şi ceea ce faci, datorită accentului pus de el pe autonomie şi „a fi OK", stări manifestate prin conştientizare, spontaneitate şi intimitate, precum şi datorită accentului pe care l-a pus pe ajutorul oferit oamenilor pentru a se elibera de „jocuri" şi scenarii distructive.
Cei ce lucrează astăzi în domeniul sănătăţii mintale apreciază tot mai mult importanţa uriaşă a faptului că oamenii se văd pe ei înşişi şi pe ceilalţi ca fiind motivaţi de stări, gânduri şi emoţii interioare. Această capacitate a fost numită în diverse moduri: „intuiţie" psihologică, mentalizare şi inteligenţă emoţională. Ea se află la baza empatiei şi a abilităţilor sociale, şi pare să fie un aspect important al rezilienţei psihice, al capacităţii de a face faţă factorilor stresanţi.

Descrierile făcute de Beme interacţiunilor observabile dintre oameni, într-un limbaj simplu, atrăgător şi chiar colocvial, le-a permis oamenilor să realizeze că îşi pot înţelege comportamentul şi, mai important, că şi-l pot schimba. El a oferit un cadru de referinţă pentru mentalizare. Asta voia să spună Heinz Lehman când mi-a zis că Beme imprimase o nouă direcţie psihiatriei. Acest lucru a fost şi continuă să fie responsabil pentru popularitatea acestei abordări.
Multe dintre ideile care au apărut pentru prima dată în Jocurile noastre de toate zilele sunt atât de larg acceptate astăzi, încât uităm care a fost originea lor.
Pe de altă parte, analiştii tranzacţionali au adoptat idei şi tehnici ale altor abordări, iar practicanţii săi au continuat să modifice şi să dezvolte ideile originale ale lui Beme. Procedând astfel, ei acţionează în spiritul faimoasei replici a lui Beme: „Eu nu fac terapie de grup, eu vindec oameni”.

Acesta este genul de carte pe care o poţi citi iar şi iar. Eu însumi, recitind-o, am fost izbit din nou de claritatea şi utilitatea multora

dintre intuiţiile lui Beme, de profunzimea observaţiilor lui clinice, precum şi de cât de mult continuăm să-i datorăm

.Acestea fiind spuse, te invit, dragă cititorule, să te cufunzi în această carte de căpătâi.

Dr. James R. Allen

Dr. James R. Allen este profesor de psihiatrie şi ştiinţe comportamentale, precum şi şeful de catedră al secţiei de psihiatrie pediatrică de la Universitatea Oklahoma (Centrul de Ştiinţe Medicale). A fost preşedintele Asociaţiei Internaţionale de Analiză Tranzacţională.

Cei care doresc să afle mai multe informaţii despre analiza tranzacţională de astăzi pot vizita şi website-ul Asociaţiei Internaţionale de Analiză Tranzacţională: http://www.itaaworld.ora/.

PREFAŢĂ

Cartea de faţă a fost planificată, în principal, ca o continuare a cărţii Analiza tranzacţională în psihoterapie , dar ea a fost concepută de aşa manieră încât să poată fi citită şi înţeleasă în mod independent. Teoria necesară analizei şi înţelegerii clare a jocurilor a fost rezumată în partea I. Partea a ll-a conţine descrierea individuală a jocurilor. Partea a lll-a conţine material clinic şi teoretic nou, care, adăugat la cel vechi, face posibilă înţelegerea, într-o oarecare măsură, a ceea înseamnă să fii eliberat de jocuri. Cei ce doresc mai multe informaţii sunt trimişi la volumul anterior. Cititorul ambelor cărţi va observa că în plus faţă de progresele teoretice există câteva schimbări

terminologice şi de perspectivă minore bazate pe noile moduri de gândire apărute, pe lecturile şi materialele clinice recente.
Nevoia apariţiei unei asemenea cărţi a fost semnalată de interesul pe care studenţii şi publicul prelegerilor mele l-au manifestat pentru liste de jocuri sau pentru o explicare mai elaborată a jocurilor menţionate ca
' în traducere: Beme, E., Analiza tranzacţională în psihoterapie, Editura
Trei, Bucureşti, 2011
.exemple în expunerea generală a principiilor analizei tranzacţionale. Le mulţumesc, la modul general, studenţilor, publicului şi mai ales pacienţilor care au descris, identificat şi numit jocuri noi. Şi îi mulţumesc în mod special domnişoarei Barbara Rosenfeld pentru numeroasele sale idei în privinţa tehnicii şi semnificaţiei ascultării. Mulţumirile mele se îndreaptă, de asemenea, către dr. Melvin Boyce, domnul Joseph Concannon, dr.

Franklin Emst, dr. Kenneth Everts, dr. Gordon Gritter, doamna Frances Matson şi dr. Ray Poindexter, printre alţii, pentru descoperirea sau confirmarea independentă a semnificaţiei multor jocuri.
Domnul Claude Steiner, fost director de cercetare al Seminarelor de Psihiatrie Socială din San Francisco, actualmente activând în cadrul Departamentului de psihologie al Universităţii din Michigan, merită să fie menţionat în mod special din două motive. El a condus primele experimente care au confirmat multe dintre elementele teoretice cheie de aici şi, prin aceste experimente, a ajutat considerabil la clarificarea naturii autonomiei şi intimităţii. Datorez mulţumiri, de asemenea, doamnei Mary N. Williams, secretara mea personală, pentru ajutorul său continuu, precum şi Annei Garrett, pentru ajutorul său în lectura ciornelor.
CHESTIUNI SEMANTICE

Pentru concizie, jocurile sunt descrise în mare parte dintr-un punct de vedere masculin dacă nu e stipulată clar o perspectivă feminină. De aceea, jucătorul principal este desemnat, de obicei, prin pronumele „el”, dar fără prejudecăţi, de vreme ce, în absenţa altor precizări, aceeaşi situaţie poate fi descrisă mutatis
mutandis şi prin pronumele „ea”. Dacă rolul femeii diferă semnificativ de cel al bărbatului, atunci este tratat separat. De asemenea, terapeutul va fi desemnat, fără prejudecăţi, tot prin pronumele „el”. Vocabularul şi perspectiva sunt orientate în principal către clinicianul practicant, dar şi membrii altor profesiuni pot găsi cartea de faţă interesantă sau utilă.
Analiza tranzacţională a jocurilor trebuie să fie diferenţiată în mod clar de sora sa aflată în plină dezvoltare din ştiinţele exacte, analiza matematică a jocurilor, deşi câţiva dintre termenii care apar în text, precum „răsplată”, sunt acum termeni matematici

respectabili. Pentru o trecere în revistă detaliată a teoriei matematice a jocurilor, vezi Games & Decisions, de R.D. Luce şi H. Raiffa.'
Cârmei, California, mai 1962

' Luce, R.D., şi Raiffa, H., Games & Decisions, John Wiley & Sons Inc., New York, 1957

.INTRODUCERE

1. INTERACŢIUNEA SOCIALĂ

Teoria interacţiunii sociale, care a fost descrisă într-o anumită măsură în cartea mea Analiza tranzacţională în psihoterapie', poate fi rezumată după cum urmează.

Spitz a descoperit'* că bebeluşii deprivaţi de atingere fizică o perioadă lungă de timp tind să cadă într-un declin ireversibil şi sunt predispuşi chiar să moară din cauza unei boli apărute pe parcurs. Mai concret, acest lucru înseamnă că deprivarea emoţională,

aşa cum o numeşte el, poate avea un rezultat fatal. Aceste observaţii dau naştere ideii că ar exista o foame de stimuli şi sugerează că formele preferate de stimuli sunt cele oferite de intimitatea fizică, concluzie deloc greu de acceptat în baza experienţei vieţii de zi cu zi.
Un fenomen similar este observat la adulţii supuşi deprivării senzoriale. Experimental, o asemenea

' Berne, E., Analiza tranzacţională în psihoterapie, Editura Trei,

Bucureşti, 2011.

„ Spitz, R., „Hospitalism: Genesis of Psychiatrie Conditions în Early Childhood”, Psychoanalytic Study ofthe Child, 1:53-74,1945

.deprivare poate produce o psihoză tranzitorie sau poate da naştere cel puţin unor tulburări mintale temporare, în trecut, s-a observat că deprivarea socială şi senzorială are efecte similare la indivizii condamnaţi la perioade lungi de detenţie solitară. într-adevăr, detenţia solitară este una dintre cele mai detestate pedepse chiar şi de către deţinuţii obişnuiţi cu brutalităţile fizice*, iar acum este o metodă notorie de inducere a obedienţei politice. (Invers, cea mai bună armă cunoscută împotriva obedienţei politice este organizarea socială.*')

Sub aspect biologic, este probabil ca deprivarea emoţională şi senzorială să determine sau să încurajeze modificări la nivel organic. Dacă sistemul reticular de activare”* din trunchiul cerebral nu este stimulat suficient, pot apărea modificări degenerative ale celulelor nervoase, cel puţin indirect. Acestea pot fi şi un efect secundar al malnutriţiei, dar malnutriţia în sine poate fi un rezultat al apatiei, ca în cazul copiilor care suferă de marasm (atrepsie). Prin urmare, poate fi postulat un lanţ cauzal biologic care duce de la deprivarea emoţională şi senzorială, prin apatie, la modificări degenerative şi la moarte. în acest sens, „foamea de stimuli” are aceeaşi legătură cu supravieţuirea organismului uman ca foamea propriu-zisă. într-adevăr, foamea de stimuli este similară foamei propriu-zise nu numai din punct de vedere biologic, ci şi psihologic şi social. Termeni precum malnutriţie, saţietate, rafinat în gusturi, gurmand, postire, ascetic,

' Belbenoit, Rene, Dry Guillotine, E.P. Dutton & Company, New

York, 1938; Seaton, G.J., Isle of the Damned, Popular Library, New

York,„ Kinkhead, E. În Every War But One, W.W. Norton &

Company, New York, 1959.

French, J.D., „The Reticular Formation”, Scientific American, 196: 54-60, mai 1957.arte culinare şi bucătar bun sunt uşor de transferat din domeniul nutriţiei în cel al senzaţiei. Supraalimentarea îşi are corespondentul în suprastimulare. în ambele sfere, în condiţii obişnuite, când resursele sunt abundente şi este posibil un meniu diversificat, alegerile vor fi influenţate puternic de idiosincrasiile individului. Este posibil ca unele dintre aceste idiosincrasii să fie determinate constituţional, dar acest lucru este ¡relevant pentru chestiunile discutate aici.

Psihiatrul social este preocupat de ceea ce se întâmplă după ce bebeluşul este separat de mamă, în procesul normal de creştere. Ceea ce s-a spus până acum poate fi rezumat prin „expresia colocvială”': „Dacă nu eşti stimulat (stroked), vei creşte strâmb”. Prin urmare, după ce se termină perioada de strânsă intimitate cu mama, individul se confruntă pentru tot restul vieţii cu o dilemă între ale cărei alternative vor oscila în permanenţă destinul şi supravieţuirea lui. O alternativă o reprezintă forţele sociale, psihologice şi biologice ce zădărnicesc continuarea unei intimităţi fizice de tip infantil; cealaltă alternativă o constituie încercările lui permanente de a obţine acel tip de intimitate. în majoritatea situaţiilor, el va face un compromis. învaţă să se descurce cu forme de mângâiere mai subtile, chiar simbolice, până când şi cel mai mic semn de recunoaştere va putea servi acestui scop, deşi dorinţa lui de contact fizic poate rămâne neostoită.

Acest proces de compromis poate fi numit prin feluriţi termeni, cum ar fi „sublimare”; însă oricum s-ar numi, rezultatul este o transformare parţială a foamei infantile de stimuli în ceva ce poate fi numit foame de recunoaştere. Cum dificultăţile în calea acestui compromis cresc, fiecare persoană devine tot mai
' „Expresiile colocviale” folosite sunt cele apărute de-a lungul timpului la Seminariile de Psihiatrie Socială din San Francisco.
individualizată în căutarea recunoaşterii; tocmai această diferenţă duce la varietatea datoriilor sociale, ceea ce determină şi destinul individului. Un actor de cinema poate avea nevoie de sute de recunoaşteri (strokes) în fiecare săptămână din partea admiratorilor anonimi şi nediferenţiaţi, pentru a nu creşte „strâmb”, în timp ce un om de ştiinţă poate rămâne sănătos fizic şi mental cu o singură recunoaştere (stroke) pe an din partea unui profesor respectat.
Conceptul de „stroking” (stimulare/recunoaştere) poate fi folosit ca termen general pentru contactul fizic apropiat, pentru atingere şi mângâiere; în practică însă această „recunoaştere” sau „stimulare” poate lua numeroase forme. Unii oameni mângâie copilul; alţii îl îmbrăţişează sau îl bat uşor cu palma, în timp ce alţii îl ciupesc în glumă sau îi dau un bobâmac uşor din vârful degetului. Toate acestea îşi au analogul în conversaţie, aşa încât pare că poţi să-ţi închipui cum va atinge o persoană un copil doar ascultând-o vorbind. Extinzând semnificaţia, „stroking” poate fi folosit în limbajul familiar pentru a denota orice act care implică recunoaşterea prezenţei celuilalt. Prin urmare, un stroke, un stimul sau semn de recunoaştere, poate fi considerat ca o unitate fundamentală a acţiunii sociale. Un schimb de stroke-uri constituie o tranzacţie, care este unitatea interacţiunilor sociale.
în ceea ce priveşte teoria jocurilor, principiul ce reiese de aici este acela că orice interacţiune socială, de orice natură ar fi, implică un avantaj biologic faţă de lipsa totală a interacţiunilor sociale. Acest lucru a fost demonstrat experimental în cazul şobolanilor prin

câteva studii remarcabile ale lui S. Levine*, în care nu numai dezvoltarea fizică, psihică şi emoţională, ci şi biochimia creierului, ba chiar şi rezistenţa la leucemie au fost afectate favorabil de atingerea fizică. Aspectul semnificativ al acestor experimente a fost acela că atât mângâierea, cât şi şocurile electrice dureroase au fost la fel de eficace în promovarea sănătăţii animalelor. Această validare a ceea ce am spus mai sus ne încurajează să trecem cu mai mare încredere la secţiunea următoare.

2. STRUCTURAREA TIMPULUI

Dacă e clar că atingerea copiilor şi echivalentul său simbolic la adulţi, recunoaşterea, contează pentru supravieţuire, întrebarea care se pune este: ce urmează? în termeni obişnuiţi, ce pot face oamenii după ce au făcut schimb de saluturi, indiferent dacă acestea constau într-un colegial „Bună!" sau într-un ritual oriental care durează câteva ore? După foamea de stimuli şi foamea de recunoaştere vine foamea de structură. Veşnica problemă a adolescenţilor este: „Ce-i spun după aceea?" Pentru mulţi oameni, nu doar pentru adolescenţi, nimic nu este mai inconfortabil decât un hiatus social, o perioadă de tăcere, de timp nestructurat, când nimeni din cei prezenţi nu găseşte nimic mai interesant de spus decât: „Nu crezi că pereţii sunt perpendiculari în seara asta?" Eterna problemă a fiinţei umane este cum să-şi structureze orele în care nu doarme. în acest sens existenţial, funcţia tuturor fiinţelor sociale este de a-şi acorda ajutor reciproc în acest proiect. Aspectul operaţional al structurării timpului poate fi numit „programare". El are trei aspecte: material, social şi individual. Cea mai comună, convenabilă, confortabilă şi practică metodă de structurare a timpului este implicarea într-un proiect destinat să

---

* Levine, S., „Stimulation în Infancy", Scientific American, 202: 80-86, mai 1960. De acelaşi autor, vezi „Infantile Experience and Resistance to Physiological Stress", Science, 126: 405, 30 august 1957.

gestioneze latura materială a realităţii externe: ceea ce este cunoscut în mod obişnuit drept muncă. Un asemenea proiect este numit tehnic activitate', termenul „muncă” nu este potrivit pentru că o teorie a psihiatriei sociale trebuie să admită că însuşi contactul social este tot o formă de muncă.
Programarea materială apare din vicisitudinile întâlnite în gestionarea realităţii externe; ea interesează aici doar în măsura în care activităţile oferă o matrice a stimulărilor, recunoaşterii şi a altor forme mai complexe de interacţiune socială. Programarea materială nu este în principal o problemă socială; în esenţă, ea se bazează pe procesarea de informaţii. Activitatea de construire a unui vas se bazează pe o serie lungă de măsurători şi estimări probabilistice, şi orice schimb social ce se produce trebuie subordonat tuturor acestora pentru a se duce la bun sfârşit construcţia.
Programarea socială are ca rezultat schimburi tradiţionale ritualizate sau semiritualizate. Criteriul său principal este acceptabilitatea locală, numită popular „bune maniere”. Părinţii din toate colţurile lumii îşi învaţă copiii bunele maniere, ceea ce înseamnă că ei ştiu cum este potrivit să saluţi, să mănânci şi să-ţi faci nevoile, cunosc ritualurile de curtare şi de doliu şi, de asemenea, ştiu să poarte conversaţii, dând interdicţii şi întăriri adecvate. Interdicţiile şi întăririle formează tactul sau diplomaţia, unele fiind universale, iar altele, locale. Să râgâi la masă ori să întrebi de soţia altui bărbat sunt încurajate sau interzise de către tradiţia ancestrală locală, existând, într-adevăr, un grad ridicat de corelare inversă între aceste două tranzacţii particulare. De obicei, în comunităţile în care se râgâie la masă nu este înţelept să întrebi de soţiile oamenilor; în locurile în care oamenii se întreabă ce le mai fac soţiile tovarăşilor de masă, nu e înţelept să râgâi de faţă cu ceilalţi.

De obicei, ritualurile formale preced conversaţiile semiritualizate, iar cele din urmă pot fi mai bine surprinse numindu-le discuţii pentru trecerea timpului (pastimes').
Pe măsură ce oamenii se cunosc mai bine, programarea individuală se strecoară tot mai des, astfel încât încep să apară „incidente”. La un nivel superficial, aceste incidente par întâmplătoare şi pot fi descrise ca atare de către părţile implicate. însă o cercetare atentă arată că ele tind să urmeze tipare definite, ce pot fi ordonate şi clasificate, iar secvenţa desfăşurării lor este circumscrisă unor legi şi reguli implicite. Aceste reguli rămân tacite câtă vreme relaţiile amicale şi ostilităţile se desfăşoară conform regulamentului, dârele devin manifeste dacă se face vreo mişcare nepermisă, dând naştere, simbolic, strigătului verbal sau legal „Fault!” Spre deosebire de discuţiile pentru trecerea timpului, asemenea secvenţe se bazează mai degrabă pe programarea individuală decât pe cea socială şi pot fi numite jocuri. Viaţa de familie şi căsnicia, precum şi viaţa în diferitele organizaţii pot fi întemeiate an de an pe variaţiuni ale aceluiaşi joc.
A spune că grosul activităţii sociale constă în jocuri nu înseamnă neapărat că aceasta ar fi ceva „distractiv” sau că cei implicaţi nu sunt angajaţi în mod serios în relaţie. Pe de o parte, „a juca” fotbal sau alte jocuri sportive poate să nu fie deloc distractiv, iar jucătorii pot fi foarte încrâncenaţi; asemenea jocuri, alături de jocurile de noroc şi alte forme de „jocuri”, au în comun potenţialul de a fi foarte serioase, uneori chiar letale.
Pe de altă parte, unii autori, cum ar fi Huizinga* de ' Huizinga, J., Homo ludens, Humanitas, Bucureşti, 2008.
pildă, includ printre „jocuri” şi lucruri extrem de grave, precum ospeţele canibale. Prin urmare, numind „jocuri” nişte comportamente tragice precum sinuciderea, dependenţa de alcool şi droguri, criminalitatea sau schizofrenia, nu facem un gest iresponsabil, glumeţ sau barbar. Caracteristica esenţială a jocurilor umane nu este aceea că emoţiile ar fi înşelătoare, ci că ele sunt

reglementate. Acest lucru este dezvăluit atunci când sunt impuse sancţiuni pentru o exprimare emoţională nepermisă. Jocul poate fi cumplit de serios, chiar letal, dar sancţiunile sociale sunt severe doar dacă sunt încălcate regulile.
Discuţiile pentru trecerea timpului şi jocurile sunt substitute ale trăirii intimităţii autentice. Din această cauză, ele pot fi considerate mai curând ca o logodnă provizorie decât ca o veritabilă căsătorie; de aceea sunt şi caracterizate ca nişte jocuri cu o puternică implicare afectivă. Intimitatea începe când programarea individuală (de obicei, instinctuală) devine mai intensă, iar tiparele sociale, restricţiile şi motivaţiile ascunse încep să cedeze. Este singurul răspuns total satisfăcător pentru foamea de stimuli, foamea de recunoaştere şi foamea de structură. Prototipul acestei intimităţi este actul impregnării cu dragoste. Foamea de structură are aceeaşi valoare pentru supravieţuire ca foamea de stimuli. Foamea de stimuli şi foamea de recunoaştere exprimă nevoia de a evita malnutriţia senzorială şi pe cea emoţională, ce pot duce, ambele, la degradarea biologică. Foamea de structură exprimă nevoia de a evita plictiseala, iar Kierkegaard' a subliniat răul produs de timpul nestructurat. Dacă persistă prea mult timp, plictiseala devine sinonimă cu malnutriţia emoţională şi poate avea aceleaşi consecinţe.

Kierkegaard, S., A Kierkegaard Anthology, Ed. R. Bretall. Princeto

nUniversity Press, Princeton, 1947, p. 22.
Individul solitar îşi poate structura timpul în două moduri: prin activitate sau prin imaginaţie. Un individ poate rămâne solitar chiar şi în prezenţa altora, după cum bine ştie orice profesor de şcoală. Când faci parte dintr-o adunare socială de doi sau mai mulţi oameni, există mai multe opţiuni pentru structurarea timpului, în ordinea complexităţii, acestea sunt următoarele:
(1) ritualuri, (2) discuţii pentru trecerea timpului,

(3) jocuri, (4) intimitate şi (5) activitate. Aceasta din urmă poate forma o matrice pentru oricare altă modalitate de structurare a timpului. Scopul fiecărui membru al grupului este să obţină cât mai multe satisfacţii posibile din tranzacţiile sale cu ceilalţi membri. Cu cât el este mai accesibil, cu atât poate obţine mai multe satisfacţii. Majoritatea programării operaţiunilor sale sociale este involuntară. Cum unele dintre „satisfacţiile" obţinute prin această programare, precum cele autodistructive de pildă, sunt dificil de inclus în sensul obişnuit al termenului „satisfacţie", ar fi mai bine să folosim un cuvânt mai puţin angajant, cum ar fi „câştiguri" sau „beneficii".

Beneficiile contactului social se învârt în jurul echilibrului somatic şi psihic. Ele sunt legate de următorii factori: (1) eliberarea tensiunii, (2) evitarea situaţiilor nocive, (3) procurarea de stimulări (strokes') şi

(4) păstrarea unui echilibru stabil. Toţi aceşti factori au fost analizaţi şi discutaţi în detaliu de către fiziologi, psihologi şi psihanalişti. Traduşi în termenii psihiatriei sociale, ei pot fi formulaţi drept (1) beneficii primare interne, (2) beneficii primare externe, (3) beneficii secundare şi (4) beneficii existenţiale. Primele trei

sunt similare „beneficiilor bolii" descrise de Freud: partea interioară, psihică, a beneficiului primar al bolii, partea exterioară a beneficiului primar al bolii şi respectiv beneficiul secundar al bolii'. Experienţa a demonstrat că este mult mai util şi revelator ca tranzacţiile sociale să fie analizate din perspectiva beneficiilor obţinute, în loc să fie considerate ca nişte mecanisme de apărare. în primul rând, cea mai bună apărare este să nu te angajezi în nicio tranzacţie; în al doilea rând, conceptul de „apărări" acoperă doar o parte a primelor două clase de beneficii, iar restul acestora, împreună cu a treia şi a patra clasă, sunt pierdute din acest punct de vedere.

Cele mai gratificante forme de contact social, indiferent dacă sunt incluse sau nu într-o matrice de activitate, sunt jocurile şi intimitatea. Intimitatea prelungită este rară şi, chiar şi atunci când apare, este cel mai adesea o chestiune privată; contactul social semnificativ ia forma jocurilor şi acesta este subiectul care ne interesează aici. Pentru mai multe informaţii despre structurarea timpului, consultaţi cartea autorului despre dinamicile de grup."
Freud, S., „Generalităţi despre criza de isterie", Opere esenţiale, voi. 6, Editura Trei, Bucureşti, 2010, p. 230 şi urm. Vezi şi „Fragment dintr-o analiză de isterie", în op.cit., p. 136.
„ Beme, E., The Structure and Dynamics of Organisations and Groups, J.B. Lippincott Company, Philadelphia şi Montreal, 1963. (Vezi mai ales capitolele 11 şi 12.)

Partea I
ANALIZA JOCURILOR

ANALIZA STRUCTURALĂ

Observarea activităţii sociale spontane, realizată cel mai bine în anumite tipuri de grupuri de psihoterapie, arată că, din timp în timp, oamenii îşi schimbă vizibil poziţia corpului, punctul de vedere, vocea, vocabularul şi alte aspecte ale comportamentului. Aceste modificări comportamentale sunt însoţite adesea de schimbări emoţionale. La un individ dat, un anumit set de tipare de comportament corespunde unei stări psihice, în timp ce alt set este legat de o atitudine psihică diferită, adesea contradictorie faţă de prima. Aceste modificări şi diferenţe dau naştere ideii de stări ale eului (ego states).

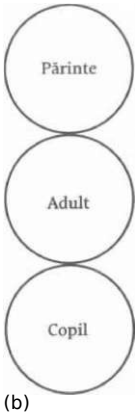
în limbaj tehnic, o stare a eului poate fi descrisă fenomenologic ca un sistem coerent de emoţii, iar operaţional, ca un set coerent de tipare de comportament. Fiecare individ pare să aibă disponibil un repertoriu limitat de asemenea stări ale eului, care nu sunt nişte roluri, ci nişte realităţi psihologice. Acest repertoriu poate fi clasificat în următoarele categorii:

(1) stări ale eului care seamănă cu cele ale figurilor parentale, (2) stări ale eului direcţionate în mod autonom către evaluarea obiectivă a realităţii şi (3) cele ce reprezintă rămăşiţe arhaice, stări ale eului încă active, care s-au fixat în timpul copilăriei timpurii. Tehnic, ele se numesc stări ale eului exteropsihice, neopsihice şi arheopsihice. în limbajul obişnuit, se numesc Părinte, Adult şi Copil, iar aceşti termeni simpli se folosesc în
cam toate discuţiile tehnice.
Prin urmare, poziţia noastră este aceea că, în orice moment, fiecare individ dintr-un grup social va manifesta o stare a eului de Părinte, Adult sau Copil şi că indivizii pot trece de la o stare a eului la alta într-un mod mai rapid sau mai lent. Aceste observaţii conduc la anumite afirmaţii diagnostice. „Acum vorbeşti din Părintele tău" înseamnă: „Acum eşti în aceeaşi stare psihică în care obişnuia să fie unul dintre părinţii tăi (sau unul dintre cei ce le-au ţinut locul) şi răspunzi aşa cum ar fi făcut-o el, cu aceeaşi postură corporală, cu aceleaşi gesturi, vocabular şi emoţii etc.". „Acesta este Adultul tău" înseamnă: „Tocmai ai făcut o evaluare autonomă, obiectivă a situaţiei şi ai ajuns la aceste procese de gândire, la aceste probleme pe care le-ai sesizat sau la aceste concluzii pe le-ai tras într-o manieră lipsită de prejudecăţi". „Acesta este Copilul tău" înseamnă: „Maniera şi intenţia reacţiei tale sunt aceleaşi pe care le-ai avut când erai doar un băieţel sau o fetiţă".
Implicaţiile sunt următoarele:
1. Fiecare individ a avut părinţi (sau înlocuitori ai acestora) şi poartă în interiorul său un set de stări ale eului care reproduc stările eului acelor părinţi (aşa cum i-a perceput el), iar aceste stări parentale ale eului pot fi activate în anumite circumstanţe (funcţionare exteropsihică). în limbajul colocvial: „Fiecare îşi cară părinţii peste tot, avându-i în interiorul lui".

2. Fiecare individ (inclusiv copiii, retardaţii mintal şi schizofrenicii) este capabil să proceseze în mod obiectiv informaţiile dacă poate fi activată starea eului corespunzătoare (funcţionare neopsihică). în limbajul colocvial: „Fiecare are un Adult”.
3. Fiecare individ a fost odată mai tânăr decât este acum şi el poartă cu sine rămăşiţe fixate din anii de început, care se activează în anumite situaţii (funcţionare arheopsihică). în limbajul colocvial: „Fiecare îşi cară peste tot băieţelul sau fetiţa care a fost, avându-l/având-o în interiorul său”.
Acum este momentul să desenăm figura 1(a), care se numeşte diagramă structurală. Ea reprezintă, din punctul de vedere al prezentului, o diagramă a întregii personalităţi a oricărui individ. Ea cuprinde stările eului său de Părinte, Adult şi Copil. Acestea sunt separate atent una de alta, pentru că sunt extrem de diferite şi pentru că, adesea, sunt contradictorii una faţă de alta.

La început, diferenţele pot să nu fie foarte clare pentr

u
(a)
O diagramă structurală



(b)

Forma simplificată Figura

1un observator lipsit de experienţă, însă curând devin impresionante şi interesante pentru oricine face efortul să învețe diagnoza structurală. De aceea, va fi mai comod ca, atunci când vorbim despre părinţi, adulţi sau copii reali, să scriem fără majusculă termenii ce-i desemnează; în schimb, Părinte, Adult şi Copil vor fi folosiţi, cu majuscule, atunci când se referă la stările eului. Figura 1(b) reprezintă o formă simplificată, comodă, a diagramei structurale.

înainte să încheiem subiectul analizei structurale trebuie menţionate câteva aspecte mai complicate.

1. Cuvântul „copilăros” (childish) nu este folosit niciodată în analiza structurală, dat fiind că a ajuns să aibă conotaţia de indezirabil şi de ceva ce trebuie încetat sau eliminat. Pentru descrierea Copilului (o stare arhaică a eului) se foloseşte expresia

„de copil” (childlike), dat fiind că este mai apropiată de zona biologicului şi nu este peiorativă. De fapt, în multe privinţe Copilul este cea mai valoroasă parte
a personalităţii şi poate contribui la viaţa individului exact la fel cum poate contribui un copil la viaţa familiei: cu un plus de farmec, plăcere şi creativitate. Dacă Copilul din individ este confuz şi nesănătos, atunci consecinţele pot fi nefericite, dar trebuie să se facă (şi se poate face) ceva în privinţa asta.

2. Acelaşi lucru se aplică şi în cazul cuvintelor „matur” şi „imatur”, în acest sistem nu există „persoană imatură”. Sunt doar oameni în care Copilul devine dominant într-un mod inadecvat şi neproductiv, dar toţi aceşti oameni au un Adult complet bine structurat, ce are nevoie doar să fie descoperit sau activat. Invers, aşa-numiţii „oameni maturi” sunt cei ce-şi pot menţine controlul din Adult în majoritatea timpului, dar al căror Copil devine dominant din când în când, ca al oricui altcuiva, adesea cu rezultate deconcertante.

3. Trebuie subliniat că Părintele se manifestă în două forme, directă şi indirectă: ca stare a eului activă şi ca influenţă. Când este activă în mod direct, persoana răspunde aşa cum răspundea propriul tată (sau propria mamă): „Fă cum fac şi eu”. Când este o influenţă indirectă, el răspunde în felul în care părinţii săi ar fi vrut ca el să răspundă („Nu face cum fac eu, ci cum spun eu.”). în primul caz, persoana devine unul din părinţii săi; în al doilea, se adaptează cerinţelor lor.

4. Astfel, şi Copilul se manifestă în două forme: Copilul adaptat şi Copilul liber (sau natural). Copilul adaptat este cel ce-şi modifică propriul comportament sub influenţa Părintelui. El se comportă aşa cum voia tatăl (sau mama) ca el să se comporte: ascultător sau precoce, de exemplu. Sau se adaptează retrăgându-se ori plângându-se. Astfel, influenţa Parentală este o cauză, iar Copilul adaptat, un efect. Copilul liber presupune o manifestare spontană: revolta sau creativitatea, de pildă. O confirmare a analizei

structurale este oferită de efectele intoxicării cu alcool. De obicei, aceasta scoate mai întâi din funcţiune Părintele, astfel încât Copilul adaptat este eliberat de sub influenţa Parentală şi este transformat în Copilul liber.
Pentru o analiză eficace a jocurilor, este arareori necesar să se meargă dincolo de cele descrise mai sus în privinţa structurii personalităţii.

Stările eului sunt fenomene fiziologice normale. Creierul uman este organul sau organizatorul vieţii psihice, iar produsele sale sunt organizate şi stocate sub forma stărilor eului. Există deja dovezi concrete ale acestui lucru în unele studii ale lui Penfield şi ale colaboratorilor săi'. Există şi alte sisteme de organizare, la diferite niveluri, cum ar fi memoria factuală, dar ' Penfield, W., „Memory mechanisms”, Archives of Neurology & Psychiatry, 67:178-198,1952; Penfield, W., Jasper, H” Epilepsy an

dforma naturală a experienţei înseşi constă în trecerea de la o stare psihică la alta. Fiecare tip de stare a eului îşi are propriile valori vitale pentru organismul uman.
în Copil se află intuiţia', creativitatea, impulsul spontan şi bucuria.

Adultul este necesar pentru supravieţuire. El procesează informaţiile şi calculează probabilităţile, elemente esenţiale pentru a face faţă cu bine lumii externe. De asemenea, el îşi are propriile tipuri de costuri şi gratificări. Traversarea unei autostrăzi aglomerate, de exemplu, necesită procesarea unei serii complexe de informaţii despre viteze; acţiunea este suspendată până când calculele arată o probabilitate ridicată de a ajunge în siguranţă pe partea cealaltă.
G ratificările oferite de calcule reuşite permit bucuria schiatului, a zburatului, a navigatului şi a altor sporturi dinamice. O altă sarcină a Adultului este să regleze activităţile Părintelui şi Copilului, precum şi să medieze în mod obiectiv între cei doi.
Părintele are două funcţii principale. în primul rând, îi permite individului să fie un părinte eficient pentru propriii săi copii reali, promovând astfel supravieţuirea speciei umane. Valoarea sa în această privinţă este demonstrată de faptul că, în domeniul creşterii copiilor, cei orfani în copilărie pare să se descurce mai greu decât cei ce au crescut în familii unite până la adolescenţă. în al doilea rând, Părintele face ca multe răspunsuri să fie automate, ceea ce conservă mult timp şi energie. Multe lucruri sunt făcute pentru că „aşa se face". Acest lucru despovărează Adultul de necesitatea de a lua numeroase decizii banale, permiţându-i să se dedice unor probleme
the Funcţional Anatomy of the Human Brain, capitolul XI, Little,

Brown & Company, Boston, 1954.

Berne, E., „The Psychodynamics of Intuition", Psychiatric Quarterly, 36: 294-300,1962

.mai importante, lăsând chestiunile de rutină pe seama Părintelui. Astfel, toate cele trei aspecte ale personalităţii au o valoare ridicată pentru vieţuire şi supravieţuire, şi numai când una sau

alta dintre ele perturbă echilibrul sănătos sunt indicate analiza şi reorganizarea lor. Altfel, fiecare dintre ele, Părinte, Adult şi Copil, are dreptul la acelaşi respect şi îşi are locul său legitim într-o viaţă împlinită şi productivă.

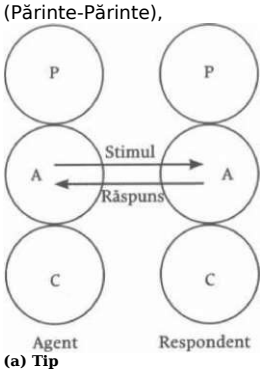
ANALIZA TRANZACŢIONALĂ

Unitatea de interacţiune socială se numeşte „tranzacţie". Dacă doi sau mai mulţi oameni se adună într-un grup social, mai devreme sau mai târziu unul dintre ei va vorbi sau va da vreun alt semn de recunoaştere a prezenţei celorlalţi. Acesta este stimulul tranzacţional. Apoi o altă persoană va spune sau va face ceva legat cumva de acest stimul, dând astfel ceea ce se numeşte răspunsul tranzacţional. La modul simplu, analiza tranzacţională se ocupă cu identificarea stării eului care a produs stimulul tranzacţional şi a celei care a dat răspunsul tranzacţional. Cele mai simple tranzacţii sunt cele în care atât stimulul, cât şi răspunsul provin din Adulţii părţilor implicate. Agentul, care, din datele pe care le are la dispoziţie, estimează că instrumentul cel mai potrivit acum este bisturiul, întinde mâna. Respondentul evaluează corect acest gest, estimează forţele şi distanţele implicate şi pune mânerul bisturiului exact acolo unde aşteaptă mâna chirurgului. Următoarele tranzacţii simple sunt cele Copil-Părinte. Copilul cu febră cere un pahar cu apă, iar mama grijulie i-l aduce.

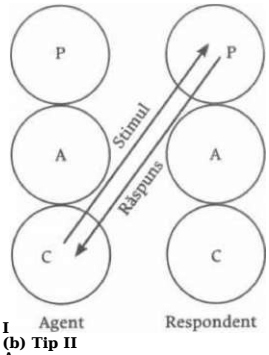
Ambele tranzacţii de mai sus sunt complementare; adică, răspunsul este cel adecvat şi aşteptat, şi urmează ordinea naturală a relaţiilor umane sănătoase. Prima, clasificată drept tranzacţie complementară de tip I, este reprezentată în figura 2a. A doua,

tranzacţia complementară de tip II, este ilustrată în figura 2b. însă este evident că tranzacţiile tind să se producă în lanţ, astfel încât fiecare răspuns este, la rândul său, un stimul. Prima regulă a comunicării este următoarea: comunicarea va continua fără probleme atâta vreme cât tranzacţiile sunt complementare; iar

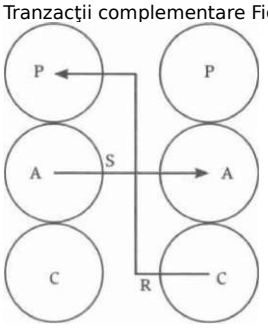
corolarul său este că, atâta timp cât tranzacţiile sunt complementare, comunicarea poate continua, în principiu, la nesfârşit. Aceste reguli sunt independente de natura şi conţinutul tranzacţiilor; ele sunt bazate în întregime pe direcţia vectorilor implicaţi. Câtă vreme tranzacţiile sunt complementare, regula este valabilă indiferent dacă doi oameni sunt prinşi într-o bârfă critică (Părinte-Părinte),

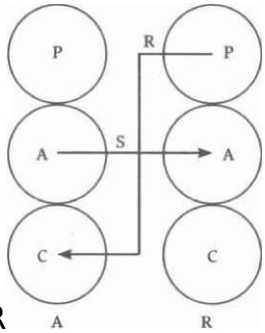


(a) Tip



I
(b) Tip II
A
Tranzacţii complementare Figura 2





(a) Tip I (b) Tip II Tranzacţii încrucişate Figura 3

rezolvă o problemă (Adult-Adult) sau se joacă împreună (Copil-Copil sau Părinte-Copil).

Regula inversă este următoarea: comunicarea este întreruptă când apare o tranzacţie încrucişată. Cele mai comune tranzacţii încrucişate şi cele care produc şi au produs întotdeauna majoritatea dificultăţilor sociale, fie ele în căsnicie, dragoste, prietenie sau la muncă, sunt reprezentate în figura 3a ca tranzacţii încrucişate de tip I. Acest tip de tranzacţie este de prim interes pentru psihoterapeuţi, fiind caracteristică reacţiei clasice de transfer din psihanaliză. Stimulul este Adult-Adult: de exemplu, „Poate ar trebui să aflăm de ce ai băut mai mult în ultima vreme” sau „Ştii unde-mi sunt butonii?” Răspunsul adecvat Adult-Adult în fiecare caz ar fi:

„Poate că ar trebui. Chiar aş vrea să aflu”, respectiv „Pe birou”.

însă dacă respondentul se aprinde, răspunsurile vor fi ceva de genul:

„întotdeauna mă critici, aşa cum făcea şi tata!” sau „întotdeauna dai vina pe mine pentr

uorice!” Ambele sunt răspunsuri Copil-Părinte şi, după cum o arată şi diagrama tranzacţională, vectorii se intersectează. în asemenea cazuri, problema Adultului legată de băut sau de butoni trebuie suspendată până când vectorii vor fi aliniaţi din nou. Şi asta poate dura de la câteva luni, în cazul băutului, de pildă, la câteva secunde, în cazul butonilor. Fie agentul trebuie să devină Părintele corespunzător Copilului activat brusc din respondent, fie Adultul respondentului trebuie reactivat, pentru a fi corespondentul Adultului din agent. Dacă menajera se revoltă în timpul unei discuţii despre spălatul vaselor, conversaţia Adult-Adult despre vase este terminată; poate urma fie o discuţie Copil-Părinte, fie o discuţie între Adulţi pe un alt subiect, şi anume legat de viitorul slujbei ei.

Inversul tranzacţiei încrucişate de tip I este ilustrat în figura 3b. Aceasta este reacţia de contratransfer, familiară psihoterapeuţilor, în care pacientul face o observaţie obiectivă din Adult, iar terapeutul intersectează vectorii răspunzând ca un părinte ce- i vorbeşte unui copil. Aceasta este tranzacţia încrucişată de tip II. în viaţa de zi cu zi, „Ştii unde-mi sunt butonii?” poate declanşa „De ce nu ţii minte unde-ţi pui lucrurile? Nu mai eşti un copil”.

Diagrama relaţiei din figura 4, ce arată cei nouă vectori posibili ai interacţiunii sociale dintre un agent şi un respondent, are unele calităţi geometrice (topologice) interesante. Tranzacţiile complementare dintre „egalii psihologici” sunt reprezentate de $(I\text{-}I)^2$, $(5\text{-}5)^2$ şi $(9\text{-}9)^2$. Mai sunt încă alte trei tranzacţii complementare: (2-4) (4-2)', (3-7) (7-3) şi (6—8) (8-6). Toate celelalte combinaţii formează tranzacţii încrucişate şi, în majoritatea cazurilor, acestea apar ca nişte intersectări pe

diagramă: de pildă, (3-7) (3-7), având ca rezultat două persoane reduse la tăcere care

A R

Diagrama relaţiei Figura 4

se privesc una pe alta. Dacă nu cedează niciuna dintre ele, comunicarea s-a încheiat şi cei doi trebuie să se despartă. Soluţia cea mai obişnuită este ca unul dintre cei doi să cedeze şi să accepte (7-3), ce are ca rezultat jocul „Scandalul”; sau, mai bine, $(5—5)^2$, caz în care ambii izbucnesc în râs sau îşi strâng mâinile.

Tranzacţiile complementare simple apar cel mai adesea în relaţii de muncă şi sociale superficiale, acestea putând fi perturbate cu uşurinţă de tranzacţiile încrucişate simple. De fapt, o relaţie superficială poate fi definită drept una limitată la tranzacţii complementare simple. Asemenea relaţii apar în activităţi, ritualuri şi discuţii de trecere a timpului. Mai complexe sunt tranzacţiile ascunse — cele care implică activitatea simultană a mai mult de două stări ale eului. Această categorie constituie baza jocurilor. Agenţii de vânzări sunt

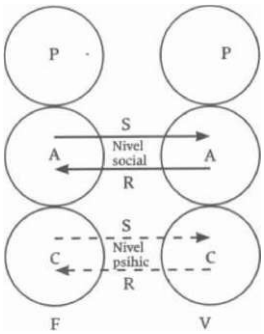
adepţii predilecţi ai tranzacţiilor unghiulare

,care implică trei stări ale eului. Un exemplu crud, dar sugestiv al joc de vânzări este ilustrat în următorul schimb:

Vânzător: „Acesta este mai bun, dar nu vi-l puteţi permite”.

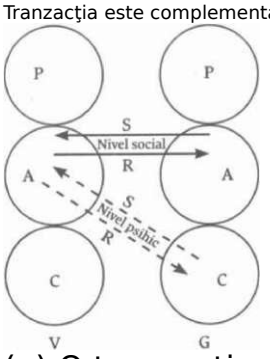
Gospodină: „Pe acela o să-l iau”.

Analiza acestei tranzacţii este ilustrată în figura 5a. Vânzătorul, în Adult, descrie două fapte obiective: „Acesta este mai bun” şi „Nu vi-l puteţi permite”. La nivel social sau aparent, cele două afirmaţii sunt îndreptate către Adultul gospodinei, a cărei replică ar putea fi:



„Ai dreptate în ambele privinţe”. Totuşi, vectorul ascuns sau psihic este îndreptat de către Adultul bine antrenat şi cu experienţă al vânzătorului către Copilul gospodinei. Oportunitatea aprecierii acestuia este demonstrată de replica dată de Copil, care spune: „Indiferent de consecinţele financiare, îi voi arăta eu acestui tip

arogant că sunt la fel de bună ca oricare dintre cumpărătorii lui”.
Tranzacţia este complementară la



(a) O tranzacţie unghiular

ă(b) O tranzacţie dublă Tranzacţii ascunse Figura 5

ambele niveluri, de vreme ce replica ei este acceptată cu titlul de contract de cumpărare din Adult.
O tranzacţie ascunsă dublă implică patru stări ale eului şi este întâlnită în mod obişnuit în jocurile de flirt.
Fermierul: „Hai, să-ţi arăt hambarul meu”.
Vizitatoarea: „De fetiţă mi-au plăcut ştiuleţii”.
După cum este ilustrat în figura 5b, la nivel social aceasta este o discuţie Adult-Adult despre şoproane, pe când la nivel psihic este o conversaţie Copil-Copil despre jocuri sexuale. La suprafaţă, Adultul pare să aibă iniţiativa, dar, ca în majoritatea jocurilor, rezultatul este determinat de către Copil, iar pe participanţi îi aşteaptă o surpriză.

Prin urmare, tranzacţiile pot fi clasificate în complementare sau încrucişate, simple sau ascunse, iar tranzacţiile ascunse pot fi împărţite în unghiulare şi duble.

PROCEDURI ŞI RITUALURI

De obicei, tranzacţiile au loc în serii. Aceste serii nu sunt întâmplătoare, ci programate. Programarea poate proveni din una dintre următoarele surse: Părinte,
Adult, Copil sau, mai general, din societate, domeniul material sau idiosincrasii. De vreme ce nevoile adaptative cer protejarea Copilului de către Părinte sau Adult până ce fiecare situaţie socială va fi fost testată, programarea din Copil este cea mai adecvată în situaţiile de apropiere şi intimitate, care au fost deja testate.
Cele mai simple forme de activitate socială sunt procedurile şi ritualurile. Unele dintre acestea sunt universale, iar altele, locale, dar toate trebuie învăţate.

O procedură este o serie de tranzacţii complementare simple Adult- Adult, destinată manipulării realităţii. Realitatea este definită ca având două aspecte: static şi dinamic. Realitatea statică este alcătuită din toate formele posibile de configurare a materiei din univers. Aritmetica, de pildă, constă în afirmaţii privind realitatea statică. Realitatea dinamică poate fi definită drept potenţialul de interacţiune al

tuturor sistemelor energetice din univers. Chimia, de exemplu, constă î

nafirmaţii privind realitatea dinamică. Procedurile se bazează pe procesarea informaţiilor şi estimarea probabilităţilor privind aspectul material al realităţii, şi ating un maximum de dezvoltare în tehnicile profesionale. Pilotarea unui avion şi excizarea unui apendice sunt nişte proceduri. Psihoterapia este o procedură în măsura în care se află sub controlul Adultului terapeutului şi nu este o procedură în măsura în care Părintele sau Copilul acestuia preia funcţia executivă. Programarea unei proceduri este determinată de aspectul material, pe baza estimărilor făcute de Adultul agentului.

în evaluarea procedurilor se folosesc două variabile. Se spune că o procedură este eficientă când agentul utilizează în cel mai bun mod posibil informaţiile şi experienţa de care dispune, indiferent de carenţele lui de cunoaştere. Dacă Părintele sau Copilul se amestecă în procesarea informaţiilor din Adult, procedura devine contaminată şi va fi mai puţin eficientă. Eficacitatea (randamentul) unei proceduri este judecată după rezultatele ei concrete. Astfel, eficienţa este un criteriu psihologic, iar eficacitatea este unul material. Un asistent medical originar dintr-o insulă tropicală a devenit foarte priceput în îndepărtarea cataractelor.

El folosea într-un mod foarte eficient cunoştinţele pe care le avea, dar cum ştia mai puţine decât medicul european, nu era la fel de eficace ca acesta. Europeanul a început să bea mult, aşa încât eficienţa lui a scăzut, dar, la început, eficacitatea nu i s-a diminuat, însă când, odată cu trecerea anilor, mâinile au început să-i tremure, asistentul lui a început să-l depăşească nu doar ca eficienţă, ci şi ca eficacitate. Din acest exemplu se poate vedea că ambele variabile sunt evaluate cel mai bine de expertul în procedurile implicate — eficienţa poate fi măsurată după

cunoaşterea personală a agentului şi eficacitatea, prin studiul rezultatelor concrete.
Din prezentul punct de vedere, un ritual este o serie stereotipă de tranzacţii complementare simple programate de forţe sociale exterioare. Un ritual informai, cum ar fi salutul social de rămas-bun, poate fi supus unor variaţii locale considerabile în privinţa detaliilor, deşi forma de bază rămâne aceeaşi. Un ritual formal, cum ar fi mesa catolică, oferă mult mai puţine opţiuni. Forma unui ritual este determinată Parental de tradiţie, însă influenţe „parentale" mai recente pot avea efecte similare, deşi mai puţin stabile, în situaţii obişnuite. Unele ritualuri formale, de interes istoric sau antropologic, au două faze: (1) o fază în care tranzacţiile sunt realizate sub controlul rigid al Părintelui, (2) o fază de permisivitate Parentală, în care Copilului îi este îngăduită o libertate tranzacţională mai mult sau mai puţin completă, ce are ca rezultat o orgie.
Multe ritualuri formale au fost la început puternic contaminate, deşi aveau proceduri destul de eficiente, dar pe măsură ce a trecut timpul şi circumstanţele s-au schimbat, ele şi-au pierdut întreaga validitate procedurală, păstrându-şi totuşi utilitatea ca acte de credinţă. Din punct de vedere tranzacţional, ele reprezintă conformări la cerinţele Parentale tradiţionale, ce urmăresc eliberarea de sentimentul de vinovăţie sau o recompensă. Ele oferă o metodă sigură, protectoare (apotropaică) şi adesea plăcută de structurare a timpului.
Mai semnificative pentru o introducere în analiza jocurilor sunt ritualurile infórmale, iar printre cele mai elocvente sunt ritualurile de salut amical:
IA: „Bună!" (Salut, bună dimineaţa) 1B: „Bună!" (Salut, bună dimineaţa)

2A: „Merge, merge?" (Ce mai faci?)

2B: „Deh, e loc şi de mai bine. Dar tu?” (Bine. Tu ce mai faci?) 3A:

„Super”. (Bine) 3B: „OK, ne vedem”. 4A: „Hai, pa”. 4B: „Pa, pa”.
Este evident că acest schimb nu are ca intenţie să transmită informaţii. Iar dacă într-adevăr există vreo informaţie acolo, ea este ascunsă cu ingeniozitate. Domnului A ar putea să-i ia 15 minute ca să spună cum îi merge de fapt, iar domnul B, care este doar o simplă cunoştinţă, n-are nicio intenţie să-i acorde atâta timp încât să- I asculte. Această serie de tranzacţii poate fi caracterizată foarte adecvat prin denumirea de „ritualul celor opt stimuli (strokes)”. Dacă A şi B s-ar fi grăbit, s-ar fi mulţumit amândoi foarte bine cu un schimb de două semne de recunoaştere (strokes), „Bună!”-”Bună!”. Dacă ar fi fost nişte potentaţi orientali de modă veche, ar fi putut îndeplini un ritual de 200 de stimuli înainte să treacă la afaceri. Între timp, în jargonul analizei tranzacţionale, putem spune că A şi B şi-au îmbunătăţit puţin sănătatea reciproc: şi-au oferit câţiva stimuli pentru a nu creşte „strâmb” şi fiecare este recunoscător pentru asta.
Acest ritual se bazează pe calcule intuitive atente făcute de ambele părţi. În acest stadiu al relaţiei lor, îşi imaginează că îşi datorează reciproc exact câte patru stimuli (strokes) la fiecare întâlnire şi nu mai des de o dată pe zi. Dacă dau din nou unul peste altul în scurt timp, să zicem peste o jumătate de oră, şi nu au nicio altă tranzacţie de schimbat, vor trece unul pe lângă altul fără niciun gest sau doar schiţând cu capul un foarte vag semn de recunoaştere, ori, cel mult, un foarte superficial „Bună!”-,,Bună!”. Aceste calcule nu sunt făcute doar pe intervale scurte de timp, ci şi pe parcursul unor perioade de câteva luni. Să-i luăm ca exemplu pe domnul C şi domnul D, care trec unul pe lângă altul cam o dată pe zi, schimbă câte un stimul (stroke) de fiecare — „Salut!”-”Salut!” — şi-şi văd de drum. Domnul C pleacă într-o vacanţă de o lună. A doua zi după ce s-a întors, îl întâlneşte

pe domnul D, ca de obicei. Dacă, de data asta, domnul D spune doar „Salut!” şi nimic mai mult, domnul C se va simţi ofensat, va simţi că trunchiul său se „strâmbă”. După calculele sale, el şi domnul D îşi datorează acum unul altuia circa 30 de stimuli. Acestea pot fi comprimate în câteva tranzacţii, dacă acele tranzacţii sunt suficient de energice. Partea de stimuli a domnului D se desfăşoară cam aşa (în care fiecare unitate de „intensitate” sau de „interes” este echivalentă cu un stimul):

1D: „Salut!” (o unitate)

2D: „Nu te-am mai văzut în ultima vreme”. (2 unităţi)

3D: „Aşa, deci! Şi unde ai fost?” (5 unităţi)

4D: „Foarte interesant. Şi cum a fost?” (7 unităţi)

5D: „Arăţi bine, să ştii!” (4 unităţi) „Ai mers împreună cu familia?” (4 unităţi)

6D: „Mă bucur să te văd din nou”. (4 unităţi) 7D: „Pe curând”, (o unitate)

Aceste tranzacţii îi dau domnului D un total de 28 de unităţi. Atât el, cât şi domnul C ştiu că vor completa unităţile lipsă în ziua următoare, astfel încât acum, din motive practice, scorul e în regulă. După două zile vor reveni la schimbul lor de doi stimuli, „Salut!”-”Salut!”. Dar

acum ei „se cunosc mai bine”, adică fiecare ştie că celălalt este de încredere, iar acest lucru poate fi util

dacă va trebui ca ei să se „socializeze” cu adevărat

.Şi cazul invers merită luat în considerare. Domnul E şi domnul F şi- au stabilit un ritual de doi stimuli, „Salut!”-,,Salut!”. într-o zi, în loc să treacă mai departe, domnul E se opreşte şi întreabă: „Ce mai faci?” Conversaţia decurge după cum urmează:

IE: „Salut!”

1F: „Salut!”

2E: „Ce mai faci?”

2F (nedumerit): „Bine. Dar tu?”

3E: „Super. La tine totul e OK?”

3F: „Mda” (precaut). „Merge, ce să zic...”

4E: „Mă bucur că te-am revăzut”.

4F: „Şi eu la fel. Scuze, trebuie să ajung la bibliotecă înainte să închidă. Pe curând”.
5E: „Pe curând”.
îndepărtându-se în grabă, domnul F se gândeşte în sinea lui: „Ce l-o fi apucat, aşa, dintr-odată? Vinde asigurări sau ceva de genul ăsta?” în termeni tranzacţionali, aceasta se traduce prin: „Nu-mi datora decât un stimul (stroke). De ce îmi dă cinci?”
O demonstraţie şi mai simplă a naturii pur tranzacţionale, de tipul afacerilor, a acestor ritualuri simple este situaţia în care domnul G spune: „Salut!”, iar domnul H trece pe lângă el fără să-i răspundă. Reacţia domnului G este: „Ce-i cu el?”, care înseamnă: „l-am dat un stimul şi nu mi-a dat niciunul în schimb”. Dacă domnul H continuă cu

această atitudine, manifestând-o şi faţă de alte cunoştinţe, va stârni oarece vorbe în comunitatea sa.

în cazurile de graniţă este dificil uneori să faci diferenţa între o procedură şi un ritual. Nespecialistul are tendinţa să considere drept ritualuri procedurile profesionale, deşi, de fapt, fiecare tranzacţie se poat

eîntemeia pe o experienţă anterioară solidă, chiar vitală, însă nespecialistul nu are pregătirea necesară pentru a sesiza acest lucru. Invers, la profesionişti există tendinţa să raţionalizeze elementele ritualice legate de procedurile lor şi să-i respingă pe scepticii nespecialişti pe motiv că aceştia n-au mijloacele necesare pentru a-i înţelege. Şi unul dintre modurile în care profesioniştii cu vechime se pot opune introducerii de noi proceduri este să le ridiculizeze ca fiind ritualuri. De aici şi soarta lui Semmelweis (medicul care a fost ridiculizat când le-a cerut chirurgilor din secolul al XIX-lea să se spele pe mâini — n.red.) şi a altor inventatori.

Trăsătura esenţială şi similară a procedurilor şi a ritualurilor este faptul că sunt stereotipe. Odată ce prima tranzacţie a fost iniţiată, întreaga serie este predictibilă şi urmează un traseu predeterminat către o concluzie previzibilă dacă nu apar situaţii speciale. Diferenţa dintre ele constă în originea predeterminării: procedurile sunt programate de către Adult, iar ritualurile sunt modelate Parental.

Indivizii care nu se simt confortabil sau nu se pricep la ritualuri scapă uneori de ele înlocuindu-le cu proceduri. Printre aceşti oameni se numără, de pildă, cei cărora le place să ajute gazda petrecerii la pregătirea şi servirea mâncărurilor şi băuturilor.

DISCUŢII PENTRU TRECEREA TIMPULUI

Discuţiile pentru trecerea timpului (pastimes) apar în matrici sociale şi temporale cu diferite grade de complexitate; prin urmare şi complexitatea lor variază. Totuşi, dacă folosim tranzacţia ca unitate a contactului social, putem izola din situaţiile adecvate o entitate care poate fi numită o simplă discuţie pentru trecerea timpului. Aceasta poate fi definită ca o serie de tranzacţii complementare simple, semiritualice, desfăşurate în jurul unui singur domeniu material, al cărei obiectiv principal este structurarea unui interval de timp. începutul şi sfârşitul intervalului sunt semnalate, în mod obişnuit, prin proceduri şi ritualuri. Tranzacţiile sunt programate adaptativ, astfel încât fiecare parte să obţină maximum de câştiguri sau beneficii în intervalul de timp. Cu cât este mai bună adaptarea, cu atât se câştigă mai mult. Discuţiile pentru trecerea timpului sunt practicate, de obicei, la petreceri („întruniri sociale") sau în timpul perioadelor de aşteptare de dinaintea începerii unei
întâlniri de grup formale; aceste perioade de aşteptare de dinaintea „începerii" unei întâlniri au aceeaşi dinamică şi structură ca „petrecerile". Discuţiile pentru trecerea timpului pot lua forma „conversaţiilor lejere" sau pot deveni mai serioase, cum ar fi disputele. Un cocteil de proporţii funcţionează adesea ca un fel de galerie de expoziţie pentru discuţiile pentru trecerea timpului. într-un colţ al încăperii câţiva oameni joacă „APP" („Asociaţia Părinţilor şi Profesorilor"), în alt colţ este un forum de „Psihiatrie", în al treilea colţ este un teatru pentru „Ai fost vreodată" sau „Ce-a ajuns", al patrulea este angajat în „General Motors", iar bufetul este rezervat femeilor care vor să joace „Bucătăria" sau „Garderoba". Desfăşurarea unor asemenea întruniri poate fi aproape identică — câteva nume fiind schimbate pe ici, pe colo — cu derularea a zeci de petreceri similare care au loc simultan în aceeaşi zonă. în alte zeci, la un alt nivel social, se desfăşoară alte tipuri de discuţii pentru trecerea timpului.

Discuţiile pentru trecerea timpului pot fi clasificate în diferite moduri. Determinanţii externi sunt cei sociologici (sex, vârstă, statut marital, cultural, rasial sau economic). „General Motors” (compararea maşinilor) şi „Cine a câştigat” (sporturi) sunt amândouă de tipul „Bărbatul vorbeşte”. „Băcănia”, „Bucătăria” şi „Garderoba” sunt toate de tip „Femeia vorbeşte” — sau, cum se spune, „vorbărie între femei”. „Giugiuleala” este specifică adolescenţei, în timp ce începutul vârstei mijlocii este marcat de o trecere la jocul „Bilanţului”. Alte specii ale acestei clase, toate variaţiuni ale „Flecărelii”, sunt: „Cum să” (faci ceva) — umple uşor intervalul zborurilor scurte cu avionul; „Cât de mult” (costă) — preferat în mediile inferioare

ale clasei de mijloc; „Ai fost vreodată” (într-un loc nostalgic) — un joc al clasei de mijloc pentru „bătrâni hârşiţi” precu

magenţii de vânzări; „Ştii?” (asta şi asta) pentru cei singuri; „Ce-a ajuns” (bătrânul Joe), jucat adesea în cazul succeselor şi eşecurilor economice; „Dimineaţa de după” (ce mahmureală) şi „Martini” (ştiu o cale mai bună), tipice unui anumit gen de persoană tânără ambiţioasă.

Clasificarea structural-tranzacţională este una mai personală. Astfel, „APP” poate fi jucat la trei niveluri.

La nivelul Copil-Copil ia forma „Cum te descurci cu părinţii recalcitranţi”; în forma Adult-Adult, un „APP” propriu-zis este foarte popular printre tinerele mame educate; în cazul persoanelor în vârstă, tinde să ia forma dogmatică Părinte-Părinte a jocului „Delincvenţa juvenilă”. Unele cupluri căsătorite joacă „Spune-le tu, dragă”, în care soţia este Parentală, iar soţul se poartă ca un copil precoce. Similar, „Uite, mamă, nu mă ţin cu mâinile” este o discuţie de trecere a timpului Copil-Părinte, potrivită oamenilor de orice vârstă, adaptată uneori cu modestie în „Nu e mare brânză, oameni buni”.

Şi mai concludentă este clasificarea psihologică a discuţiilor pentru trecerea timpului. Atât „APP”, cât şi „Psihiatrie”, de pildă, pot fi jucate fie în forma proiectivă, fie în cea introiectivă. Analiza tipului proiectiv de „APP” este reprezentată în figura 6a, pe baza următoarei paradigme Părinte-Părinte:

A: „N-ar exista atâta delincvenţă dacă n-ar fi atâtea cămine distruse”.

B: „Nu e numai asta. Acum chiar şi în familiile bune copiii nu mai sunt învăţaţi cum să se poarte, aşa cum se făcea odată”.

Tipul introiectiv de „APP” are următoarea structură (Adult-Adult):

C: „Nu pare să am ceea ce trebuie pentru a fi mamă”. D: „Oricât de mult ai încerca, ei nu cresc niciodată
cum vrei tu, aşa că trebuie să te întrebi în permanenţă dacă faci ceea ce trebuie şi ce greşeli ai făcut”.

Tipul proiectiv de „Psihiatrie” ia forma Adult-Adult:

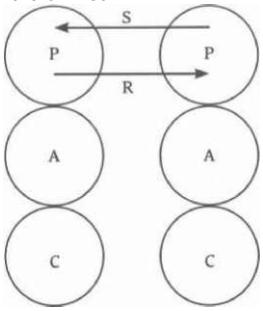
E: „Cred că o frustrare orală inconştientă îl face să se poarte

astfel”.

F: „Pare să-ţi fi sublimat foarte bine agresivitatea”.

Figura 6b reprezintă tipul introiectiv de „Psihiatrie”, o altă discuţie de trecere a timpului Adult-Adult.

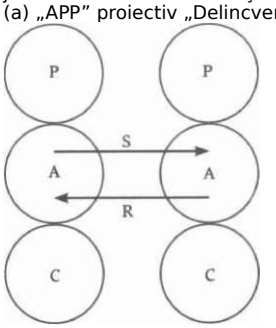
G: „ Pentru mine, pictura aceea simbolizează murdăria”.
H: „în cazul meu, pictura este o încercare de a-i face pe plac tatălui meu”.



(b) „Psihiatrie” introiectiv „Psihanaliza” Discuţii pentru trecerea

timpului Figura 6

în afară de structurarea timpului şi furnizarea reciprocă de stimuli acceptabili pentru părţile implicate, discuţiile pentru trecerea timpului au în plus funcţia de a fi procese de selecţie socială. Când are loc o discuţie pentru trecerea timpului, Copilul din fiecare jucător evaluează cu atenţie potenţialul celorlalţi implicaţi.
(a) „APP" proiectiv „Delincvenţa juvenilă"



La sfârşitul petrecerii, fiecare persoană îşi va fi selectat anumiţi jucători pe care ar dori să-i mai revadă, în timp ce pe alţii îi va respinge, indiferent de cât de abil sau plăcut s-a implicat fiecare în discuţia pentru trecerea timpului. Cei pe care îi selectează sunt cei care par cel mai probabil candidaţi pentru relaţii complexe — adică pentru jocuri. Oricât ar fi de justificat raţional, acest sistem de selecţie este, de fapt, în mare parte inconştient şi intuitiv.
în cazuri speciale, Adultul intervine peste Copil în procesul de selecţie. Ilustrarea cea mai clară este cazul agentului de asigurări care învaţă cu atenţie cum să participe la discuţiile sociale pentru trecerea timpului, în timp ce participă la acestea, Adultul lui caută posibili clienţi şi îi alege ca persoane pe care ar vrea să le revadă. Priceperea acestora la jocuri sau afinitatea sunt ¡relevante pentru procesul lui de selecţie, care se bazează, ca în majoritatea

cazurilor, pe factori periferici — în această situaţie, pe disponibilitatea lor financiară.

Totuşi, discuţiile pentru trecerea timpului au şi un aspect de exclusivism. De exemplu, „Bărbatul vorbeşte” şi „Femeia vorbeşte” nu se amestecă. Oamenii care joacă pasionat „Ai fost vreodată” (acolo) vor fi iritaţi de un intrus care vrea să joace „Cât de mult” (costă avocado) sau „Dimineaţa de după”. Cei care joacă „APP” proiectiv vor respinge introducerea unui „APP” introiectiv, deşi, de obicei, nu la fel de intens ca în situaţia inversă

.Discuţiile pentru trecerea timpului constituie o bază de alegere a cunoştinţelor şi poate conduce la prietenie. Un grup de femei care-şi beau cafeaua în fiecare dimineaţă acasă unele la altele pentru a juca „Soţul delincvent” e foarte probabil să întâmpine cu răceală o vecină nouă care vrea să joace „Partea plină a paharului”. Dacă ele discută despre cât de răi sunt soţii lor, este prea deconcertant să aibă printre ele o nou-venită care să declare că soţul ei este minunat, de fapt chiar perfect. N-o vor accepta printre ele prea mult timp. Prin urmare, dacă cineva vrea să se mute dintr-un colţ în altul la un cocteil, trebuie fie să se alăture discuţiei pentru trecerea timpului din noul loc, fie să deturneze cu succes discuţia

pe un alt făgaş. Desigur, o gazdă bună preia imediat controlul situaţiei şi anunţă programul: „Noi tocmai jucam «APP» proiectiv. Ce părere ai?” Sau: „Fetelor, aţi jucat destul «Garderoba». Domnul J., aici de faţă, este scriitor/politician/chirurg şi sunt sigură că i-ar plăcea să joace «Uite, mamă, nu mă ţin cu mâinile». Nu-i aşa, domnule J.?”

Un alt beneficiu important obţinut din discuţiile pentru trecerea timpului sunt confirmarea rolului şi stabilizarea poziţiei. Un rol este similar cu ceea ce Jung numeşte „persona”, cu singura diferenţă că este mai puţin oportunist şi mai adânc înrădăcinat în fantasmele individului. Astfel, în „APP” proiectiv, un jucător poate lua rolul Părintelui aspru, altul, rolul Părintelui drept, un al treilea, rolul Părintelui indulgent, iar un al patrulea, rolul Părintelui grijuliu. Toţi patru trăiesc şi afişează starea eului de Părinte, dar fiecare se prezintă diferit. Rolul fiecăruia este confirmat dacă reuşeşte să convingă — adică, dacă nu e întâmpinat de nicio opoziţie sau dacă este întărit de orice opoziţie întâlnită, ori dacă este aprobat prin semne de recunoaştere (strokes) de anumite tipuri de oameni. Confirmarea rolului stabilizează poziţia individului, acesta este beneficiul existenţial obţinut din discuţiile pentru trecerea timpului. O poziţie este o afirmaţie predicativă simplă care influenţează toate tranzacţiile individului; pe termen lung, ea îi determină destinul şi adesea chiar şi pe al descendenţilor lui. O poziţie poate fi mai mult sau mai puţin absolută. Poziţiile tipice din care poate fi jucat „APP” proiectiv sunt: „Toţi copiii sunt răi!”, „Toţi ceilalţi copii sunt răi!”, „Toţi copiii sunt trişti!”, „Toţi copiii sunt persecutaţi!” Aceste poziţii ar putea da naştere rolurilor de Părinte aspru, drept, indulgent şi grijuliu. De fapt, o poziţie este manifestată, în principal, prin atitudinea mentală căreia îi dă naştere; individul iniţiază tranzacţiile care constituie rolul lui tocmai plecând de la această atitudine.

Poziţiile sunt asumate şi se fixează surprinzător de timpuriu, între vârsta de doi ani sau chiar un an şi şapte ani — în orice caz, cu

mult înainte ca individul să fie suficient de competent sau cu destulă experienţă pentru a-şi lua un angajament atât de serios. Nu este greu de dedus ce fel de copilărie a avut o persoană, din poziţia pe care o are aceasta. Dacă nu intervine ceva sau cineva, el îşi va petrece tot restul vieţii stabilizându-şi poziţia şi făcând faţă situaţiilor care o ameninţă: evitându-le, ferindu-se de anumite elemente sau manipulându-le provocator, astfel încât să se transforme din ameninţări în justificări. Un motiv pentru care discuţiile pentru trecerea timpului sunt atât de stereotipe este acela că servesc unor scopuri stereotipe. Dar beneficiile pe care le oferă ele demonstrează de ce oamenii le practică atât de asiduu şi de ce pot fi aşa de plăcute când sunt practicate împreună cu oameni care au poziţii constructive sau pozitive de menţinut.
O discuţie pentru trecerea timpului nu este întotdeauna uşor de deosebit de o activitate, iar
combinaţiile apar frecvent. Multe discuţii obişnuite pentru trecerea timpului, precum „General Motors", constau în ceea ce psihologii ar putea numi schimburi de tipul Chestionarelor cu Răspunsuri Multiple:

A. „îmi place un Ford/Chevrolet/Plymouth mai mult decât un Ford/Chevrolet/Plymouth pentru că..."
B. „Eu aş prefera mai degrabă un Ford/Chevrolet/ Plymouth decât un Ford/Chevrolet/Plymouth pentru că..."

Este evident că ar putea fi transmise şi unele informaţii utile prin asemenea stereotipuri.

Merită menţionate şi alte câteva discuţii frecvente pentru trecerea timpului. „Şi eu" este adesea o variantă a lui „Nu-i aşa că-i îngrozitor?" „De ce vor" (să facă ceva

în privinţa asta) este preferatul soţiilor casnice care nu doresc să fie emancipate. „Atunci, noi o să” este o discuţie pentru trecerea timpului Copil-Copil. „Hai să găsim” (ceva de făcut) este practicată de către delincvenţii juvenili sau adulţii răuvoitori

.1. DEFINIŢIE

Un joc este o serie continuă de tranzacţii complementare ascunse, orientate către un rezultat previzibil bine definit. Descriptiv, este un set recurent de tranzacţii, adesea repetate, credibile la nivel superficial, dar cu o motivaţie ascunsă; sau, mai colocvial, o serie de mutări care pregătesc o capcană sau o „stratagemă”. Jocurile sunt net diferite de proceduri, ritualuri şi discuţii pentru trecerea timpului prin două caracteristici principale: (1) calitatea lor ascunsă şi (2) răsplata. Procedurile pot fi reuşite, ritualurile — eficace, iar discuţiile pentru trecerea timpului —profitabile, dar toate sunt, prin definiţie, oneste; ele pot implica o competiţie, dar nu un conflict, iar finalul lor poate fi senzaţional, dar nu dramatic. Pe de altă parte, fiecare joc este, în esenţă, nesincer, iar rezultatul este dramatic, nu doar incitant.

Mai rămâne să deosebim jocurile de singurul tip de acţiune socială care nu a fost discutat până acum.

O operaţie este o tranzacţie simplă sau un set de tranzacţii iniţiate cu un scop precis şi declarat. Dacă cineva cere deschis nişte confirmări şi le primeşte, aceasta este o operaţie. Dacă cineva cere confirmări şi, după ce le primeşte, răspunde cumva în dezavantajul celui care i le-a dat, acesta este un joc. Prin urmare, la nivel superficial, un joc pare un set de operaţii, dar după

momentul răsplăţii devine clar că aceste „operaţii” au fost, de fapt, nişte manevre, nişte strategii; n-au fost cereri sincere, ci mutări într-un joc.
în jocul „Asigurarea”, de pildă, indiferent ce pare să facă agentul în conversaţie, dacă este un jucător dur, el, de fapt, caută un client.
Pentru a-şi merita banii, ceea ce urmăreşte el de fapt este să „facă o victimă”. La fel este şi în cazul jocului „Agenţia imobiliară”, „Pijamaua” şi alte ocupaţii similare. Ca atare, când un agent de vânzări este angajat în discuţii pentru trecerea timpului la o întrunire socială, mai ales în variante ale „Bilanţului”, participarea sa plină de farmec poate ascunde o serie de manevre abile, menite să obţină genul de informaţii care-l interesează din punct de vedere profesional.
Există zeci de reviste dedicate îmbunătăţirii strategiilor comerciale care descriu jucători şi jocuri de excepţie (operatori interesanţi care încheie contracte neobişnuit de mari). în termeni tranzacţionali, acestea sunt doar variante ale Sports Illustrated, Chess World şi ale altor reviste sportive.
în privinţa tranzacţiilor unghiulare —jocuri plănuite conştient, cu precizie profesională, sub controlul Adultului, pentru a obţine maximum de beneficii —, marile „jocuri-escrocherii” care au înflorit la începutul anilor 1900 sunt greu de depăşit în privinţa detaliilor planificării practice şi a fineţii psihologice.”
' Maurer, D.W., The Big Con, The Bobbs-Merrill Co., New York, 1940
însă ceea ce ne interesează aici sunt jocurile inconştiente jucate de persoane inocente, angajate în tranzacţii duble de care nu sunt pe deplin conştiente şi care formează cel mai important aspect al vieţii sociale peste tot în lume. Din cauza calităţilor lor dinamice, jocurile sunt uşor de deosebit de simplele atitudini statice, care apar în urma asumării unei poziţii.
Folosirea cuvântului „joc” nu trebuie să inducă în eroare. După cum explicam în introducere, el nu implică în mod necesar

distracţie şi nici măcar plăcere. Mulţi agenţi de vânzări nu-şi consideră munca distractivă, după cum a spus-o foarte clar Arthur Millerîn piesa lui Moartea unui comis-voiajor. De asemenea, nu duce lipsă de seriozitate. Jocurile de fotbal din zilele noastre sunt luate foarte în serios, dar nu mai mult decât jocurile tranzacţionale de tipul „Alcoolicul" sau „Violul" de gradul trei.
Aceleaşi lucruri se aplică termenului „a juca", după cum poate confirma oricine „a jucat" poker sau „a jucat" la bursă o lungă perioadă de timp. Caracterul cât se poate de serios al jocului şi jucatului şi posibilele rezultate cât se poate de serioase le sunt bine cunoscute antropologilor. Cel mai complex joc care a existat vreodată, „Curteanul", atât de bine descris de Stendhal în Mănăstirea din Parma, era de o gravitate letală. Dar cel mai cumplit dintre toate este, desigur, „Războiul".
2. UN JOC TIPIC
Cel mai obişnuit joc practicat între soţi este numit colocvial „Dacă n- ai fi fost tu" şi el va fi utilizat pentru ilustrarea caracteristicilor jocurilor în general.
Doamna White se plângea că soţul ei îi restricţionase foarte sever activităţile sociale, astfel încât ea nu învăţase niciodată să danseze. Datorită schimbării atitudinii ei în urma tratamentului psihiatric, soţul a devenit mai puţin sigur pe el şi mai indulgent. Ca urmare, doamna White a fost liberă să-şi extindă aria activităţilor. S-a înscris la cursuri de dans, pentru ca mai apoi să descopere, spre disperarea ei, că avea o frică bolnăvicioasă de ringul de dans, trebuind să abandoneze acest proiect.
Această aventură nefericită, pe lângă altele similare, a dezvăluit unele aspecte importante ale structurii căsniciei ei. Dintre numeroşii curtezani, ea şi-a ales ca soţ un bărbat dominant. Astfel, putea fi după aceea în poziţia de a se plânge că ar fi putut face tot felul de lucruri „dacă n-ai fi fost tu". Multe dintre prietenele ei aveau şi ele soţi dominanţi, iar când se întâlneau la cafeaua de

dimineaţă, petreceau o bună bucată din timp jucând „Dacă n-ar fi fost el”.
După cum s-a dovedit însă, contrar acuzelor ei, soţul îi făcea un real serviciu interzicându-i să facă ceva de care ea se temea profund şi împiedicând-o, de fapt, chiar să devină conştientă de temerile ei. Acesta a fost unul dintre motivele pentru care Copilul ei a ales cu viclenie un astfel de soţ.
însă este mai mult decât atât. Interdicţiile lui şi plângerile ei au condus frecvent la certuri, astfel încât viaţa lor sexuală a fost serios afectată. Iar din cauza sentimentelor de vinovăţie, el îi aducea adesea cadouri, pe care altfel nu i le-ar fi dăruit; bineînţeles, când el îi lăsa mai multă libertate, cadourile scădeau în valoare şi frecvenţă, în afară de gospodărie şi copii, ea şi soţul ei aveau foarte puţine în comun, astfel încât certurile lor erau evenimente importante; în principal, doar cu aceste ocazii aveau altfel de discuţii decât cele banale, d
erutină. în orice caz, viaţa de femeie măritată i-a dovedit un singur lucru, pe care l-a susţinut întotdeauna: că toţi bărbaţii sunt răi şi

tiranici. După cum s-a dovedit, această atitudine era legată de unele reverii de abuz sexual, care au urmărit-o în tinereţe. Descrierea acestui joc în termeni generali poate fi făcută în multe moduri. Este evident că aparţine domeniului larg al dinamicii sociale. Dar esenţial este că, prin încheierea căsătoriei, domnul şi doamna White au ocazia să comunice unul cu celălalt, iar această ocazie poate fi numită contact social. Faptul că ei folosesc această ocazie face din căminul lor o întrunire socială, spre deosebire de un metrou din New York, de pildă, în care oamenii împart acelaşi spaţiu, dar rareori folosesc această oportunitate de contact, formând astfel o întrunire nonsocială. Influenţa pe care soţii White o exercită reciproc asupra comportamentului şi răspunsurilor celuilalt constituie acţiunea socială. Această acţiune socială poate fi investigată în cadrul multor discipline, din diferite puncte de vedere. Dat fiind că aici ne interesează istoria şi psihodinamica personală ale indivizilor implicaţi, prezenta abordare constituie un aspect al psihiatriei sociale; referitor la „caracterul sănătos” al jocurilor studiate, se emit anumite judecăţi implicite sau explicite. Acest lucru este întru câtva diferit de atitudinea mai neutră şi mai puţin implicată a sociologiei şi psihologiei sociale. Psihiatria îşi rezervă dreptul de a spune „Staţi o clipă!”, ceea ce alte discipline nu fac. Analiza tranzacţională este o ramură a psihiatriei sociale, iar analiza jocurilor este o latură specială a analizei tranzacţionale. Analiza practică a jocurilor se ocupă de cazurile speciale aşa cum apar ele în situaţii specifice. Analiza teoretică a jocurilor încearcă să identifice şi să generalizeze caracteristicile diferitelor jocuri, astfel încât ele să poată fi recunoscute în mod independent de conţinutul lor verbal temporar şi de matricea lor culturală. De pildă, analiza teoretică a jocului marital „Dacă n-ai fi fost tu” ar trebui să formuleze caracteristicile acestui joc în aşa fel încât acesta să poată fi recunoscut la fel de uşor atât într-un sat din jungla Noii Guinee, cât şi într-un apartament luxos din Manhattan, indiferent dacă se referă la o ceremonie nupţială sau la

problemele financiare pe care le creează cumpărarea de undiţe nepoţilor; şi indiferent de cât de direct sau subtil sunt făcute mutările, în funcţie de gradele de sinceritate permise dintre soţ şi soţie. Prevalenta unui joc într-o societate dată face obiectul sociologiei şi antropologiei. Analiza jocurilor ca parte a psihiatriei sociale este interesată doar de descrierea jocului când acesta apare, indiferent cât de des se întâmplă. Această diferenţiere nu este radicală, ci analogă distincţiei dintre sănătatea publică şi medicina internă; prima este interesată de prevalenţa malariei, în timp ce a doua studiază cazurile de malarie când apar ele, în junglă sau în Manhattan.
în prezent, schema prezentată mai jos a fost considerată cea mai utilă pentru analiza teoretică a jocurilor. Fără îndoială că va fi îmbunătăţită pe măsură ce vor apărea noi cunoştinţe. Prima cerinţă este să se accepte că o anumită succesiune de manevre îndeplineşte criteriile unui joc. După aceea sunt adunate cât mai multe exemple posibile ale jocului. Apoi sunt izolate trăsăturile semnificative ale acestora. Anumite aspecte se evidenţiază ca fiind esenţiale. Acestea sunt apoi clasificate în categorii cu denumiri cât mai sugestive şi mai instructive posibil, în contextul cunoştinţelor actuale. Analiza este întreprinsă din perspectiva persoanei de referinţă — în acest caz, doamna White.
Teza. Aceasta este o descriere generală a jocului, cuprinzând succesiunea imediată a evenimentelor (nivelul social) şi informaţiile despre fondul, evoluţia şi semnificaţia lor psihică (nivelul psihologic), în cazul jocului de tip marital „Dacă n-ai fi fost tu” e vorba de detaliile oferite deja mai sus. în scopul conciziei, acest joc va fi numit de acum înainte prin iniţialele sale, DNFFT.
Antiteza. Presupoziţia că o anumită succesiune constituie un joc este provizorie până când este validată existenţial. Această validare este realizată prin refuzul de a-l juca sau prin dejucarea răsplăţii. Persoana de referinţă va face apoi eforturi mai intense pentru a continua jocul. în faţa refuzului categoric de a juca sau a

dejucării cu succes a răsplăţii, el va cădea într-o stare numită „disperare”, care seamănă cu depresia în anumite privinţe, dar diferă semnificativ de aceasta.
Este mult mai acută şi conţine elemente de frustrare şi stupefacţie. Poate fi manifestată, de exemplu, prin izbucnirea într-un plâns de neînţeles. într-o terapie de succes, acesta poate fi înlocuit curând cu un râs plin de umor, ce implică faptul că Adultul a înţeles: „Iar începe!” Astfel, disperarea e o problemă la nivelul Adultului, în timp ce în depresie Copilul este cel care are puterea executivă. Speranţa, entuziasmul sau interesul viu pentru tot ce te înconjoară reprezintă opusul depresiei; râsul este opusul disperării. De aici şi calitatea plăcută a analizei terapeutice a jocurilor. Antiteza jocului DNFFT este permisivitatea. Câtă vreme soţul este restrictiv, jocul poate continua. Dacă în loc să zică „Să nu îndrăzneşti!” spune „Fă cum vrei”, fobiile subiacente sunt demascate, iar soţia nu mai poate da vina pe el, după cum s-a demonstrat în cazul doamnei White.
Pentru înţelegerea clară a unui joc, trebuie cunoscută antiteza, iar eficacitatea ei trebuie demonstrată practic.
Scopul. Acesta reprezintă pur şi simplu ţinta generală a jocului. Uneori există alternative. Scopul jocului DNFFT poate fi autoliniştirea („Nu pentru că eu mă tem, ci fiindcă nu mă lasă el”) sau justificarea (Nu pentru că eu nu încerc, ci fiindcă mă ţine el în loc”). Funcţia de liniştire este mai uşor de clarificat şi este mai concordantă cu nevoia de siguranţă a soţiei; prin urmare, la modul cel mai simplu, DNFFT este considerat ca având drept scop calmarea.
Rolurile. După cum s-a menţionat anterior, stările eului nu sunt roluri, ci fenomene. De aceea, într-o descriere formală trebuie să se facă distincţia între stările eului şi roluri. Jocurile pot fi descrise ca fiind jucate la două mâini, la trei mâini, la multiple mâini, în funcţie de numărul de roluri oferite. Uneori starea eului fiecărui jucător corespunde rolului acestuia, alteori nu.

DNFFT este un joc la două mâini şi necesită o soţie ostracizată şi un soţ dominator. Soţia îşi poate juca rolul fie din Adultul prudent („Cel mai bine este să fac cum zice el”), fie din Copilul bosumflat. Soţul dominant îşi poate păstra starea de Adult („Cel mai bine este să faci cum spun eu”) sau poate aluneca în Părinte („Ai face bine să faci cum spun eu”).
Dinamica. Forţele psihodinamice din spatele fiecărui joc pot fi descrise în mai multe feluri. Totuşi, de obicei este posibilă alegerea unui singur concept psihodinamic care să rezume situaţia într-un mod util, corect şi semnificativ. Astfel, DNFFT este cel mai bine descris ca provenind din surse fobice.
Exemple. Cum sunt instructiv de studiat originile din copilărie ale unui joc sau prototipurile sale infantile, merită să căutăm asemenea jocuri înrudite pentru realizarea unei descrieri formale. întâmplător, DNFFT este jucat la fel de frecvent atât de către copii, cât şi de către adulţi, astfel încât versiunea din copilărie este aceeaşi cu cea de mai târziu, părintele real fiind înlocuit de soţul despotic.
Paradigma tranzacţională. Este prezentată analiza tranzacţională a unei situaţii tipice, fiind dezvăluite atât nivelul social, cât şi cel psihic ale unei tranzacţii ascunse esenţiale. în forma sa cea mai dramatică, DNFFT este un joc Părinte-Copil la nivel social.
Dl White: „Stai acasă şi ai grijă de gospodărie”.
Dna White: „Dacă n-ai fi fost tu, aş fi putut ieşi să mă distrez”.
La nivel psihic (contractul marital ascuns), relaţia este Copil-Copil şi este foarte diferită.
Dl White: „Când vin acasă, trebuie să fii întotdeauna aici. Sunt îngrozit de abandon”.

Dna White: „Voi fi, dacă mă ajuţi să evit situaţiile fobice”.

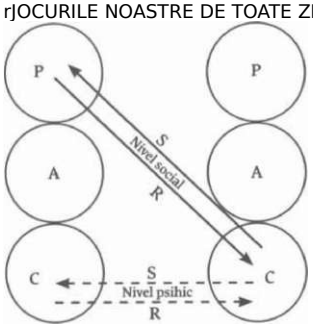
Cele două niveluri sunt ilustrate în figura 7.

Mutările. Mutările unui joc corespund, în mare,

stimulărilor (strokes) dintr-un ritual. Ca în orice joc, prin practică, jucătorii devin din ce în ce mai pricepuţi. Mutările inutile sunt eliminate, iar cele făcute sunt din ce în ce mai bine ţintite. „Prieteniile frumoase” se întemeiază adesea pe faptul că jucătorii se completează unii pe ceilalţi într-un mod foarte echilibrat şi satisfăcător, astfel încât obţin maximum de beneficii cu minimum de efort din jocurile pe care le practică împreună. Anumite mutări intermediare, precaute sau concesive pot fi evitate, oferind astfel relaţiei un grad ridicat de eleganţă. Energia economisită prin

evitarea mecanismelor defensive poate fi folosită pentru nişte gesturi frumoase şi gratuite, spre încântarea ambelo

rJOCURILE NOASTRE DE TOATE ZILELE



Dl **Dna**

„Stai acasă” („Sunt îngrozit”) „Dacă n-ai fi fost tu” („Protejează-

mă”) Dacă n-ai fi fost tu Un joc Figura 7

părţi şi, uneori, chiar a privitorilor. învăţăcelul observă că există un număr minim de mutări esenţiale necesare continuării jocului, iar acestea pot fi stipulate printr-un protocol. Jucătorii individuali pot înfrumuseţa sau înmulţi aceste mutări de bază, conform propriilor lor nevoi, talente sau dorinţe. Cadrul pentru DNFFT este următorul:
(1) Comandă-Supunere („Stai acasă”-”Bine”).
(2) Comandă-Protest („Stai din nou acasă”-”Dacă n-ai fi fost tu”).

Beneficiile. Beneficiile generale ale unui joc constau în funcţiile sale stabilizatoare (homeostatice). Homeostazia biologică este asigurată de stimulare (stroking), iar stabilitatea psihică este întărită de confirmarea poziţiei. După cum a fost subliniat deja, stimulii pot lua diferite forme, astfel încât beneficiu

lbiologic al unui joc poate fi definit în termeni de atingere. Astfel, rolul soţului în DNFFT este o reminiscenţă a unui dos de palmă (foarte diferit ca efect de o lovitură cu faţa palmei, care este o umilire directă), iar răspunsul soţiei este ceva de genul unui şut nervos în fluierul piciorului. Aşadar, beneficiul biologic al jocului DNFFT este derivat din aceste schimburi beligerante şi iritate: avem astfel un mod supărător, dar evident eficace, de menţinere a sănătăţii ţesuturilor nervoase.

Confirmarea poziţiei soţiei — „Toţi bărbaţii sunt nişte tirani” — este un beneficiu existenţial. Această poziţie este o reacţie la nevoia de capitulare, inerentă fobiilor, o demonstraţie a structurii coerente subiacente tuturor jocurilor. Afirmaţia întreagă ar fi: „Dacă aş merge singură într-o mulţime, aş fi copleşită de tentaţia de a capitula; acasă nu capitulez: el mă ţine cu forţa, ceea ce dovedeşte că toţi bărbaţii sunt nişte tirani”. Deci acest joc este jucat în mod obişnuit de către femeile care pierd simţul realităţii, ceea ce semnifică dificultatea lor de a menţine controlul Adultului în situaţia unor tentaţii puternice. Explicarea detaliată a acestor mecanisme ţine mai degrabă de psihanaliză decât de analiza jocurilor. Principala preocupare a analizei jocurilor este rezultatul final.

Beneficiul psihologic intern al unui joc este efectul direct al acestuia asupra economiei psihice (libido). în DNFFT, capitularea acceptabilă social în faţa autorităţii soţului fereşte femeia de trăirea spaimelor sale nevrotice. în acelaşi timp, îi satisface nevoile masochiste, dacă ele există, folosind termenul de „masochism” nu în sensul de renunţare la sine, ci în înţelesul său clasic, de excitaţie sexuală în situaţii de deprivare, umilire sau durere. Cu alte cuvinte, faptul de a fi deprivată şi dominată o excită.

Beneficiul psihologic extern constă în evitarea situaţiei temute prin iniţierea jocului. Acest lucru este evident mai ales în DNFFT, în cazul căruia este principala motivaţie: conformându-se restricţiilor soţului, soţia evită situaţiile publice de care se teme.

Beneficiul intern social este indicat de numele jocului, aşa cum este el jucat în cercul intim al individului. Prin supunerea sa, soţia îşi câştigă privilegiul de a spune „Dacă n-ai fi fost tu”. Asta o ajută să structureze timpul pe care trebuie să-l petreacă împreună cu soţul ei; în cazul dnei White, această nevoie de structură era deosebit de puternică din cauza lipsei altor interese comune, mai ales înainte de apariţia copiilor şi după ce aceştia au crescut. între

aceste două momente, jocul a fost practicat mai puţin intens şi mai puţin frecvent, deoarece copiii şi-au îndeplinit funcţia lor obişnuită de structurare a timpului părinţilor lor, oferind totodată şi o versiune mult mai larg acceptată a DNFFT, varianta gospodinei hiperocupate. Faptul că tinerele mame din America sunt adesea foarte ocupate nu schimbă analiza acestei variante. Analiza jocurilor încearcă doar să răspundă, cu o atitudine necritică, la următoarea întrebare: dacă o tânără femeie este foarte ocupată, în ce fel se va folosi ea de faptul că este copleşită pentru a obţine, în schimb, o compensaţie?

Beneficiul social extern este indicat de folosul tras din respectiva situaţie în contactele sociale cu cei din afară, în cazul jocului „Dacă n-ai fi fost tu", ceea ce-i spune soţia bărbatului ei se transformă în discuţia pentru trecerea timpului „Dacă n-ar fi fost el" atunci când se întâlneşte cu prietenele dimineaţa la o cafea. Astfel se demonstrează din nou influenţa jocurilor în alegerea partenerilor sociali. Vecina cea nouă, care este poftită dimineaţa la o cafea, este invitată să joace „Dacă n-ar fi fost el". Dacă îl joacă bine şi convingător, va deveni
curând prietenă la cataramă cu veteranele, toate celelalte lucruri fiindu-le egale. Dacă ea refuză să-l joace şi insistă să susţină o imagine binevoitoare a soţului ei, nu va rezista mult. Se va afla într-o situaţie similară cu cea în care ar refuza cu obstinaţie să bea la petreceri — în majoritatea cercurilor, treptat ar fi exclusă de pe lista invitărilor.

Am ajuns la finalul analizei trăsăturilor formale ale DNFFT. Pentru o şi mai bună clarificare a procedeului, consultaţi analiza jocului „De ce nu-Da, dar", jucat cel mai frecvent la întrunirile sociale, în şedinţele comisiilor şi în cadrul grupurilor de psihoterapie (capitolul opt, secţiunea 4).

3. GENEZA JOCURILOR

Dintr-o perspectivă actuală, creşterea copilului poate fi privită ca un proces educaţional în care el este învăţat ce jocuri să joace şi

cum anume. Este învăţat, de asemenea, care sunt procedurile, ritualurile şi discuţiile pentru trecerea timpului adecvate poziţiei sale în situaţia socială locală, dar acestea sunt mai puţin semnificative. Cunoaşterea şi abilităţile lui în ceea ce priveşte procedurile, ritualurile şi discuţiile pentru trecerea timpului sunt determinante pentru oportunităţile pe care şi le va crea; dar jocurile lui determină felul în care va folosi acele oportunităţi şi rezultatele situaţiilor la care se poate adecva. Ca elemente ale scenariului sau planului său de viaţă inconştient, jocurile lui preferate îi vor determina, de asemenea, destinul final (în condiţiile în care ceilalţi factori nu se schimbă). Prin aceasta înţelegem „răsplata" căsniciei şi carierei lui şi circumstanţele morţii sale.
Deşi părinţii conştiincioşi îşi învaţă copiii cu mare atenţie procedurile, ritualurile şi discuţiile pentru trecerea timpului adecvate situaţiei lor de viaţă, şi le aleg cu la fel de multă grijă şcolile, facultăţile şi bisericile unde le vor fi întărite învăţăturile, ei tind totuşi să treacă cu vederea chestiunea jocurilor, care formează structura de bază a dinamicii emoţionale a fiecărei familii, şi pe care copiii o învaţă încă din primele luni de viaţă, prin intermediul experienţelor semnificative din viaţa de zi cu zi. Chestiuni similare au fost discutate de mii de ani într-un mod mai degrabă general şi nesistematic, existând o încercare de abordare mai metodică în literatura ortopsihiatrică modernă; dar fără conceptul de „jocuri", posibilităţile unei investigaţii serioase sunt reduse. Teoriile psihodinamicii individuale interne nu s- au dovedit până acum capabile să rezolve în mod satisfăcător problemele relaţiilor umane. Acestea sunt situaţii tranzacţionale care cer o teorie a dinamicii sociale ce nu poate fi dezvăluită doar prin studiul motivaţiilor individuale.
întrucât sunt încă foarte puţini specialişti bine pregătiţi în psihologia copilului şi psihiatria copilului care să fi studiat şi analiza jocurilor, observaţiile privind geneza jocurilor sunt rare.

Din fericire, următorul episod a avut loc în prezenţa unui analist tranzacţional bine pregătit.
Pe Tanjy, de şapte ani, l-a apucat o durere de burtă la masă şi a cerut să poată pleca din acest motiv. Părinţii i-au sugerat să se întindă puţin. Atunci, fratele lui mai mic, Mike, de trei ani, a spus: „Şi pe mine mă doare burta", urmărind, desigur, să obţină aceeaşi atenţie. Tatăl s-a uitat la el câteva secunde şi i-a replicat: „Chiar vrei să te bagi în jocul ăsta?" La care, Mike a izbucnit în râs şi a zis: „Nu!"
Dacă ar fi fost o familie obsedată de mâncare sau de intestine, Mike ar fi fost trimis şi el în pat de către părinţii alarmaţi. Dacă ar fi repetat cu toţii acest joc de câteva ori, era de anticipat că acest joc ar fi devenit o parte din caracterul lui Mike, cum se întâmplă atât de adesea când părinţii cooperează. Ori de câte ori ar fi fost gelos pe un privilegiu acordat unui concurent, ar fi invocat o boală pentru a-şi atrage şi el nişte privilegii. Tranzacţia ascunsă ar fi fost deci: (nivelul social) „Nu mă simt bine" + (nivelul psihic) „Trebuie să-mi acorzi şi mie un privilegiu". însă Mike a fost scutit de o carieră în ipohondrie. Poate că va ajunge să aibă o soartă mai rea, dar nu asta e ideea. Ideea este că un joc în stătu nascendi a fost anulat pe loc de întrebarea tatălui şi de recunoaşterea sinceră a băiatului că ceea ce propusese el era un joc.
Acest exemplu demonstrează clar că jocurile sunt iniţiate în mod deliberat de către copiii mici. După ce ele devin tipare fixe de stimul şi răspuns, originile li se pierd în negura timpului, iar natura lor ascunsă este mascată de ceţurile sociale. Ambele pot fi aduse în conştiinţă doar prin procedurile adecvate: originea, prin unele forme de terapie analitică, iar aspectul ascuns, prin antiteză. Experienţa clinică repetată arată clar că jocurile sunt de natură imitativă şi că ele sunt create iniţial de segmentul Adult (neopsihic) din personalitatea copilului. Dacă starea eului de Copil poate fi reactivată în jucătorul matur, abilitatea psihologică a acestui segment (aspectul Adult al stării de Copil a eului) este atât

de uluitoare, iar abilităţile sale de manipulare a oamenilor sunt atât de fascinante, încât va fi numit „Profesorul” (de psihiatrie), în termeni colocviali. Aşadar, în grupurile de psihoterapie care se concentrează pe analiza jocurilor, una din procedurile mai sofisticate este căutarea micului „Profesor” din fiecare pacient, ale cărui prime aventuri în materie de iniţiere a jocurilor, între vârsta de doi ani şi cea de opt ani, sunt ascultate cu fascinaţie de către toţi cei prezenţi şi adesea, dacă jocurile nu sunt tragice, cu o bucurie şi cu un umor pe care însuşi pacientul le poate împărtăşi cu o preţuire de sine şi cu o mândrie justificabile. Odată ce este capabil să facă acest lucru, el este pe cale să lase în urmă ceea ce poate fi un tipar de comportament nefericit, fără de care îi va fi mult mai bine.

Din aceste motive, în descrierea formală a unui joc se încearcă întotdeauna creionarea prototipului din copilărie.

4. FUNCŢIA JOCURILOR

întrucât există foarte puţine ocazii de intimitate în viaţa de zi cu zi şi pentru că unele forme de intimitate (mai ales de mare intensitate) sunt imposibile psihic pentru majoritatea oamenilor, cea mai mare parte a vieţii sociale serioase este petrecută prin participarea la jocuri. Prin urmare, jocurile sunt atât necesare, cât şi dezirabile, singura problemă fiind dacă jocurile în care se implică un individ îi oferă cele mai bune beneficii pentru el. în această privinţă, trebuie să ne reamintim că trăsătura esenţială a unui joc este punctul lui culminant sau „răsplata”. Funcţia principală a mutărilor preliminare este crearea situaţiei care să genereze răsplata, dar ele sunt concepute întotdeauna în aşa fel încât să stoarcă maximum de satisfacţie permisă din fiecare etapă, ca efect secundar. Astfel, în jocul „Neîndemânaticului” (faci mizerii, apoi îţi ceri scuze) răsplata şi scopul jocului sunt obţinerea iertării, care este forţată de scuze; paharele vărsate şi urmele de ţigară sunt doar paşi care duc la acest lucru, dar fiecare dintre aceste stângăcii produce propria sa plăcere. Bucuria obţinută prin

vărsarea unui pahar nu face din vărsarea paharului un joc. Scuzele reprezintă stimulul esenţial care conduce la deznodământ. Altfel, vărsarea paharului ar fi doar o simplă procedură distructivă, un gest delincvent probabil plăcut.
Jocul „Alcoolicul” este similar: oricare ar fi originea fiziologică (dacă există vreuna) a nevoii de a bea, în termenii analizei jocurilor, băutul în sine este doar o mutare într-un joc cu oamenii din mediul apropiat. Băutul poate produce diferite tipuri de plăcere, dar nu asta e esenţa jocului. Acest lucru este demonstrat de varianta „Alcoolicul abstinent”, care implică aceleaşi mutări şi conduce la aceeaşi răsplată ca jocul clasic, dar este jucat fără niciun pahar (cf. capitolului 6).
Dincolo de funcţia lor socială de structurare a timpului într-un mod satisfăcător, unele jocuri sunt vitale pentru păstrarea sănătăţii anumitor oameni. Stabilitatea psihică a acestor persoane este atât de precară, iar poziţiile lor sunt menţinute cu atâta dificultate, încât deprivarea de jocurile lor îi poate arunca într-o disperare ireversibilă sau chiar în psihoză Aceşti oameni se vor opune cu înverşunare oricăror mutări antitetice. Acest lucru se observă adesea în situaţiile maritale în care îmbunătăţirea stării psihice a unuia dintre soţi (adică abandonarea jocurilor distructive) conduce la o deteriorare rapidă a stării celuilalt soţ, pentru care jocurile erau de o importanţă covârşitoare în păstrarea echilibrului. Prin urmare, analiza jocurilor necesită prudenţă.
Din fericire, beneficiile intimităţii lipsite de jocuri, care este sau ar trebui să fie modul perfect de a trăi al omului, sunt atât de mari, încât chiar şi personalităţile cu un echilibru psihic precar îşi pot abandona jocurile
cu încredere şi bucurie dacă poate fi găsit un partener adecvat pentru o relaţie mai bună.
La o scară mai mare, jocurile sunt componente integrante şi dinamice ale planului sau scenariului de viaţă inconştient al fiecărui individ; ele umplu timpul în care el aşteaptă împlinirea

finală, derulând totodată acţiunea. Cum actul final al unui scenariu necesită, în mod caracteristic, fie un miracol, fie o catastrofă, în funcţie de tipul constructiv sau distructiv al scenariului, jocurile corespunzătoare sunt şi ele fie constructive, fie distructive. în termeni colocviali, în jocuri precum „Eşti măreţ, domnule Murgatroyd” intră de obicei un individ al cărui scenariu este orientat spre „aşteptarea lui Moş Crăciun”, în timp ce o persoană cu un scenariu tragic orientat spre „aşteptarea intrării în rigor mortis” poate practica jocuri dezagreabile precum „Acum te-am prins, ticălosule!”.

Trebuie remarcat că expresii colocviale precum cele din propoziţia anterioară fac parte integrantă din analiza jocurilor şi sunt utilizate în mod liber în grupurile şi seminarele de psihoterapie tranzacţională. Expresia „aşteptarea intrării în rigor mortis” provine dintr-un vis al unei paciente, în care ea decisese să facă anumite lucruri „înainte de intrarea în rigor mortis”.

Un pacient dintr-un grup avansat a subliniat ceea ce terapeutul trecuse cu vederea: în practică, aşteptarea lui Moş Crăciun şi aşteptarea morţii sunt sinonime.

De vreme ce expresiile colocviale au o importanţă covârşitoare în analiza jocurilor, ele vor fi discutate pe larg mai târziu.

5. CLASIFICAREA JOCURILOR

Majoritatea variabilelor folosite în analiza jocurilor şi a discuţiilor pentru trecerea timpului au fost deja menţionate şi oricare dintre ele poate fi utilizată în clasificarea sistematică a jocurilor şi discuţiilor pentru trecerea timpului. Unele dintre clasificările mai evidente se bazează pe următorii factori:

1. Numărul jucătorilor: jocurile la două mâini („Femeia frigidă”), jocurile la trei mâini („Hai, bateţi-vă”), jocurile la cinci mâini („Alcoolicul”) şi jocurile la mai multe mâini („De ce nu-Da, dar”).
2. Elementele tranzacţionate: cuvinte („Psihiatria”), bani („Datornicul”), părţi ale corpului („Chirurgia”).

3. Tipuri clinice: isteric („Violul”), obsesiv- compulsiv („Neîndemânaticul”), paranoid („De ce mi se întâmplă întotdeauna mie?”), depresiv („Iar încep”).
4. Regiunea: orală („Alcoolicul”), anală („Neîndemânaticul”), falică („Hai, bateţi-vă”).
5. Aspectul psihodinamic al jocului: contrafobic („Dacă n-ai fi fost tu”), proiectiv („APP”), introiectiv („Psihiatria”).
6. Aspectul pulsional: masochist („Dacă n-ai fi fost tu”), sadic („Neîndemânaticul”), fetişist („Bărbatul frigid”).
Pe lângă numărul jucătorilor, merită luate în considerare trei alte variabile cantitative:
1. Flexibilitatea. Unele jocuri, precum „Datornicul” şi „Chirurgia”, pot fi jucate adecvat cu un singur tip de element tranzacţionat, în timp ce altele, cum ar fi jocurile exhibiţioniste, sunt mai flexibile.

2. Tenacitatea. Unii oameni renunţă uşor la jocurile lor, în timp ce alţii insistă

.3. Intensitatea. Unii oameni îşi joacă jocurile într-un mod relaxat, în timp ce alţii sunt mai tensionaţi şi mai agresivi. Jocurile practicate astfel sunt cunoscute drept jocuri lejere şi respectiv dure.
Aceste trei variabile converg, făcând jocurile blânde sau violente. în această privinţă, la oamenii cu tulburări psihice există adesea o progresie observabilă, astfel încât se poate vorbi despre stadii. Un schizofrenic paranoid poate juca iniţial uşor, lejer, flexibil un joc de stadiul întâi „Nu-i aşa că e îngrozitor”, pentru a trece apoi la un joc de stadiul trei, inflexibil, tenace, dur. Stadiile unui joc sunt distinse după cum urmează:
a. Un joc de gradul întâi este unul acceptabil social în cercul agentului.

b. Un joc de gradul doi este unul în urma căruia apar prejudicii temporare, remediabile, dar pe care jucătorii preferă să le ascundă de public.
c. Un joc de gradul trei este unul de tip „totul sau nimic”, care se sfârşeşte pe masa de operaţie, la tribunal sau la morgă.
Jocurile pot fi clasificate şi după oricare din ceilalţi factori specifici discutaţi în analiza jocului DNFFT: scopurile, rolurile, beneficiile cele mai evidente. Cel mai probabil candidat pentru a avea un criteriu de clasificare sistematică şi ştiinţifică este poate poziţia existenţială; dar cum acest factor nu este încă suficient cunoscut, o asemenea clasificare va trebui să mai aştepte. în afară de aceasta, probabil că cea mai practică clasificare din prezent este cea sociologică. Pe aceasta o vom folosi în secţiunea următoare.

NOTĂ

Trebuie să recunoaştem meritele lui Stephen Potter pentru analiza lui atentă şi plină de umor a mutărilor sau „tacticilor” din situaţiile sociale ale vieţii de zi cu zi' şi meritele lui G.H. Mead pentru studiul său de pionierat asupra rolului jocurilor în viaţa socială”. Acele jocuri care conduc la afecţiuni psihiatrice au fost studiate sistematic, din 1958, în cadrul Seminariilor de Psihiatrie Socială din San Francisco, iar sectorul analizei jocurilor a fost abordat recent de către T. Szasz'„. Pentru rolul jocurilor în procesul de grup, consultaţi cartea mea despre dinamica de grup”„.

Potter, S., Theory and Practice of Gamemanship, Henry Holt& Company, New York, fără dată.
„ Mead, G.H., Mind, Seif, and Society, University of Chicago Press, Chicago, 1934.
Szasz, T., The Myth of Mental lllness, Harper&Brothers, New York, 1961.
Beme, E., The Structure and Dynamics of Organisations and Groups, J.B. Lippincott Company, Philadelphia and Motreal, 1963.

PARTEA A-lI-A

UN TEZAUR DE JOCURI

INTRODUCERE

Această colecţie de jocuri se dorea exhaustivă la data scrierii cărţii (1962), dare evident că se descoperă în permanenţă jocuri noi. Uneori, ceea ce pare să fie doar un exemplu nou al unui joc cunoscut, la un studiu mai atent se dovedeşte a fi un joc cu totul nou, iar un joc ce pare să fie nou se dovedeşte alteori doar o variantă a unuia deja cunoscut. Şi elementele individuale ale analizelor sunt supuse schimbării pe măsură ce apar noi cunoştinţe; de pildă, când există mai multe opţiuni posibile pentru descrierea dinamicii, varianta aleasă se poate dovedi mai târziu a nu fi cea mai potrivită. Oricum, atât lista jocurilor, cât şi elementele din analiză sunt adecvate pentru practica clinică.

Unele dintre jocuri sunt discutate şi analizate în extenso. Altele, care necesită investigaţii mai amănunţite sau care sunt neobişnuite, ori a căror semnificaţie este evidentă, sunt menţionate doar pe scurt. Persoana de referinţă, din perspectiva căreia este descris jocul, este numită „agent” sau i se dă numele de „Alb”, iar partenerul de joc este numit „Negru”.

Jocurile sunt clasificate pe familii, după situaţiile în care apar cel mai adesea: jocuri de viaţă, jocuri maritale, jocuri de petrecere, jocuri sexuale şi jocuri interlope; apoi urmează o secţiune pentru specialişti, prin jocurile din cabinetul de consultaţie, şi, în final, câteva exemple de jocuri bune.

1. NOTAŢIA

în protocoalele analitice se va folosi următoarea notaţie.

Titlul: dacă jocul are un nume lung, în text se va folosi o abreviere convenabilă. în prezentările orale este preferabilă folosirea numelui întreg al jocului, nu abrevierea sau acronimul.

Teza: este formulată din nou cât mai clar posibil.

Scopul: este ales cel mai semnificativ, în baza experienţei autorului.

Rolurile: rolul persoanei din perspectiva căreia este discutat jocul este notat primul, cu italice.

Psihodinamica: la fel ca în cazul scopului.

Exemple: (1) oferă o ilustrare a jocului aşa cum era el jucat în copilărie, prototipul pertinent cel mai uşor de recunoscut; (2) o ilustrare din viaţa adultă.
Paradigma: ilustrează cât mai succint posibil tranzacţia sau tranzacţiile esenţiale la nivel social şi psihic.
Mutările: redau numărul minim de stimuli tranzacţionali şi de răspunsuri tranzacţionale găsite în practică. Ele pot fi extinse, diluate sau înflorite în mod nelimitat în diferite situaţii.

Beneficiile: (1) psihologic intern — încearcă să precizeze cum contribuie jocul la stabilitatea psihic

ăinternă; (2) psihologic extern — încearcă să precizeze ce situaţii sau relaţionări anxiogène sunt evitate; (3) social intern — redă expresia caracteristică utilizată în joc, când acesta este jucat cu persoane intime; (4) social extern — redă expresia-cheie utilizată în jocul derivat sau în discuţiile pentru trecerea timpului practicate în cercuri mai puţin intime; (5) biologic — încearcă să descrie tipul de stimul (stroke) pe care îl oferă jocul părţilor implicate; (6) existenţial — precizează poziţia din care este jucat în mod obişnuit jocul.
Jocurile înrudite: oferă numele jocurilor complementare, similare şi antitetice.
O înţelegere adecvată a unui joc poate fi obţinută doar în situaţia psihoterapeutică. Persoanele care practică jocuri distructive vor veni la terapeut mult mai frecvent decât cele ce practică jocuri constructive. De aceea, majoritatea jocurilor bine înţelese sunt, în esenţă, cele distructive, dar cititorul nu trebuie să uite că există şi jocuri constructive, jucate de oameni mai norocoşi.
Şi pentru a preveni vulgarizarea ideii de joc, cum s-a întâmplat cu atât de mulţi termeni psihiatrici, trebuie subliniat încă o dată că ideea de joc este una foarte precisă: jocurile trebuie deosebite în

mod clar, conform criteriilor oferite anterior, de proceduri, ritualuri, discuţii pentru trecerea timpului, operaţiuni, manevre şi atitudini care apar din adoptarea a diferite poziţii. Un joc este jucat dintr-o anumită poziţie, dar o poziţie sau atitudinea corespunzătoare ei nu este un joc.

2. EXPRES!! COLOCVIALE

Multe dintre expresiile colocviale folosite aici provin de la pacienţi. Dacă sunt folosite în mod adecvat şi la timpul potrivit, toate sunt apreciate, înţelese şi plăcute de către jucători. Dacă unele dintre ele par lipsite de respect, ironia este îndreptată către joc, şi nu către oamenii care-l joacă. Prima cerinţă pentru expresiile colocviale este să fie adecvate şi, dacă adesea ele sună amuzant, e tocmai pentru că ating punctul sensibil.

După cum am încercat să arăt şi cu alte ocazii în care am adoptat epitete colocviale, o pagină întreagă de termeni firoscoşi poate să nu transmită la fel de mult ca afirmaţia că o anumită femeie este o scârbă sau că un anumit bărbat este un mizerabil*. în scopuri academice, adevărurile psihologice pot fi formulate în limbaj ştiinţific, dar recunoaşterea efectivă a tendinţelor emoţionale în practica terapeutică poate necesita o abordare diferită. Prin urmare, preferăm să spunem că jucăm „Nu-i aşa că e îngrozitor” decât să explicăm cum „verbalizăm agresivitatea anală proiectată”. Prima variantă nu numai că are o semnificaţie mai dinamică şi un impact mai puternic, dar este şi mai precisă.

Şi uneori oamenii se fac bine mai repede în camere luminoase decât în unele obscure.

Beme, E., „Intuition IV: Primai Images & Primai Judgements”, Psychiatric Quarterly, 29: 634-658,1955

.JOCURI ALE VIEŢII

Toate jocurile au o influenţă importantă şi, probabil, decisivă asupra destinelor jucătorilor în condiţii sociale obişnuite; dar unele

au mai multe şanse decât altele să devină cariere de o viaţă şi să implice martori relativ nevinovaţi. Acest grup poate fi numit „Jocuri ale vieţii”. Printre ele se numără „Alcoolicul”, „Datornicul”, „Dă-mi un şut”, „Acum te-am prins, ticălosule!”, „Uite ce m-ai împins să fac” şi variantele lor principale. Ele se combină pe de o parte cu jocurile maritale, iar pe de alta cu jocurile interlope.

1. ALCOOLICUL

Teza. în analiza jocurilor nu este vorba despre alcoolism sau despre adevăraţi alcoolici, ci există un rol numit „Alcoolicul” într-un anumit tip de joc. Dacă principala cauză a băutului excesiv este o anormalitate biochimică sau fiziologică — şi acest lucru este încă sub semnul îndoielii —, atunci studierea sa ţine de domeniul medicinei interne. Analiza jocurilor este interesată de ceva cu totul diferit: de tipul de tranzacţii sociale care sunt legate de asemenea excese. De aici şi jocul „Alcoolicul”.

în desfăşurarea sa completă, acesta este un joc la cinci mâini, deşi rolurile pot fi condensate astfel încât să înceapă şi să se termine ca un joc la două mâini. Rolul central este cel al Alcoolicului — cel din perspectiva căruia este descris jocul —jucat de către Alb. Primul rol secundar este cel al Persecutorului, jucat de obicei de o persoană de sex opus, de regulă soţul sau soţia. Al treilea rol este cel al Salvatorului, jucat de obicei de cineva de acelaşi sex, adesea bunul medic de familie, care este interesat de pacient şi de problema lui cu alcoolul. în situaţia clasică, doctorul reuşeşte să-l salveze pe Alcoolic din ghearele obiceiului său. După ce Albul n-a mai pus strop în gură timp de şase luni, ei se felicită reciproc, în ziua următoare, Albul este găsit în şanţ.

Cel de-al patrulea rol este cel al Marionetei sau Momâii. în literatură, acesta este jucat de bărbatul de la magazinul din colţ, care îi acordă încredere Albului, îi dă un sendviş şi o cafea fără să-l persecute sau să încerce să-l salveze. în viaţa reală, acest rol este jucat mai frecvent de către mama Albului, care-i dă bani şi adesea e de partea lui în privinţa ideii că soţia nu-l înţelege. în acest

moment al jocului, Albul trebuie să justifice într-un mod plauzibil nevoia sa de bani — printr-un proiect pe care se prefac amândoi că-l cred viabil, deşi ei ştiu pe ce va cheltui el majoritatea banilor. Uneori, Marioneta alunecă într-un alt rol, care e de ajutor, însă nu este esenţial: Agitatorul — „băiatul bun" care oferă provizii fără să-i fie cerute măcar: „Vino să bei un pahar cu mine (şi te vei duce mai repede la vale)".

Profesionistul de serviciu în toate jocurile legate de băutură este barmanul sau vânzătorul de la magazinul
de băuturi alcoolice. în jocul „Alcoolicul" el joacă cel de-al cincilea rol, Furnizorul, sursa directă de aprovizionare, care, de asemenea, înţelege ce spune alcoolicul şi care, într-un fel, este persoana cea mai apropiată din viaţa oricărui dependent. Diferenţa dintre Furnizor şi ceilalţi jucători este diferenţa dintre profesionişti şi amatori în orice joc: profesionistul ştie când să se oprească. La un moment dat, un bun barman refuză să-l mai servească pe Alcoolic, care este lăsat apoi fără nicio provizie, în afară de cazul în care poate găsi un alt Furnizor mai indulgent.

în stadiile iniţiale ale „Alcoolicului", soţia poate juca toate cele trei roluri secundare: la miezul nopţii, e Marioneta care-l dezbracă, îi face cafea şi-l lasă s-o bată; dimineaţă este Persecutorul, care-l ocărăşte pentru apucăturile lui rele; iar seara este Salvatorul, convingându-l să se schimbe. în stadiile mai târzii, datorită, uneori, deteriorărilor organice, se poate renunţa la Persecutor şi Salvator, dar ei sunt toleraţi dacă sunt dispuşi să funcţioneze şi ca surse de aprovizionare. Albul va merge la biserică şi se va lăsa salvat dacă acolo găseşte o masă gratuită; sau va accepta să fie certat, în mod amator sau profesionist, câtă vreme primeşte ceva de pomană după aceea.

Experienţa noastră sugerează că răsplata în „Alcoolicul" vine (ca de altfel în toate jocurile) din zona căreia majoritatea cercetătorilor îi acordă cea mai mică atenţie. în analiza acestui joc, băutul în sine este doar o plăcere secundară suplimentară faţă de

restul beneficiilor, procedura conducând la adevăratul punct culminant care este mahmureala. La fel se întâmplă şi în jocul „Neîndemânaticul”: crearea mizeriei, care atrage atenţia cel mai mult, este doar o plăcere care-i permite Albului să ajungă la punctul crucial, care este obţinerea iertării din partea Negrului.
în „Alcoolicul”, mahmureala nu este atât o suferinţă fizică, cât mai ales un chin psihic. Cele două tipuri preferate de discuţii pentru trecerea timpului ale băutorilor sunt „Martini” (cât de mult au băut şi cât au amestecat) şi „Dimineaţa de după” („Stai să vezi ce mahmureală am avut eu.”). „Martini” este jucat, în cea mai mare parte, de băutorii sociali; mulţi alcoolici preferă o rundă dură din jocul psihologic „Dimineaţa de după”, iar organizaţii precum Alcoolicii Anonimi le oferă oportunităţi nelimitate pentru asta.
Ori de câte ori îşi vizita psihiatrul după o perioadă de băut compulsiv, un pacient se făcea pe sine în toate felurile; psihiatrul nu spunea nimic. Ulterior, povestind despre aceste vizite într-un grup de terapie, Albul a spus, plin de satisfacţie, că psihiatrul era cel care-l făcea în toate felurile. în situaţia terapeutică, principalul subiect de interes pentru mulţi alcoolici nu este faptul că beau, pe care-l menţionează mai mult în semn de respect faţă de persecutorii lor, ci suferinţa lor ulterioară. Obiectul tranzacţional al băutului, pe lângă plăcerile personale pe care le aduce, este acela de a crea o situaţie în care Copilul să poată fi certat sever nu numai de către Părintele intern, ci de către orice figură parentală din mediul înconjurător care este suficient de interesată s-o facă. Prin urmare, terapia acestui joc ar trebui centrată nu pe băutul în sine, ci pe dimineaţa de după, pe autogratificarea urmărită prin această autoflagelare. Există totuşi un gen de băutor de calibru greu, care nu suferă de mahmureală; acest gen de oameni nu aparţin categoriei despre care discutăm aici.
De asemenea, mai există şi jocul „Alcoolicul abstinent”, în care Albul trece printr-un proces de degradare financiară sau socială fără să apeleze la pahar, urmând aceeaşi succesiune de mutări şi

având nevoie de aceleaşi roluri secundare. Din nou şi aici „Dimineaţa de după” este miezul esenţial. Într-adevăr, asemănarea dintre „Alcoolicul abstinent” şi „Alcoolicul” clasic pune în evidenţă faptul că ambele sunt jocuri; de exemplu, procedura prin care Albul ajunge să fie dat afară de la slujbă este aceeaşi în ambele. „Dependentul” este similar cu „Alcoolicul”, dar e mai sinistru, mai dramatic, mai senzaţional şi mai rapid. În societatea noastră cel puţin, el se sprijină mult mai mult pe Persecutorul aflat la îndemână, Marionetele şi Salvatorii fiind mai puţini şi mai departe, iar Furnizorul căpătând un rol mult mai important.

Există diferite organizaţii implicate în „Alcoolicul”, unele dintre ele fiind naţionale sau chiar internaţionale, iar altele locale. Multe dintre ele publică regulile jocului. Aproape toate explică detaliat cum să joci rolul Alcoolicului: bea ceva înainte de micul dejun, cheltuieşte banii alocaţi altor scopuri etc. Ele explică, de asemenea, şi funcţia Salvatorului. Alcoolicii Anonimi, de pildă, continuă să practice jocul propriu-zis, dar îndeamnă Alcoolicul să preia rolul Salvatorului. Sunt preferaţi foşti Alcoolici pentru că ei ştiu cum se desfăşoară jocul şi deci sunt mai calificaţi pentru rolul secundar decât oamenii care nu l-au mai jucat niciodată. Au fost raportate cazuri ale unor filiale ale Alcoolicilor Anonimi care au rămas fără alcoolici cu care să lucreze; atunci, unii membri s-au apucat din nou de băut, de vreme ce nu exista nicio altă cale de a continua jocul în absenţa oamenilor de salvat.'

De asemenea, există organizaţii dedicate îmbunătăţirii destinului celorlalţi jucători. Unele pun presiune pe soţi sau soţii, pentru a renunţa la rolul de Persecutor şi a trece în cel de Salvator. Cea care pare să se apropie cel mai mult de tratamentul teoretic ideal se

' Berne, Eric, A Layman's Guide to Psychiatry & Psychoanalysis, Simon & Schuster, New York, 1957, p. 191.

ocupă de copiii adolescenţi ai alcoolicilor; aceşti tineri sunt încurajaţi să iasă din joc, în loc să schimbe pur şi simplu rolurile. Cura psihologică a unui alcoolic constă şi în a-l determina să înceteze complet practicarea acestui joc, în loc să treacă doar de la un rol la altul. în unele cazuri acest lucru a fost posibil, deşi este o sarcină dificilă să găseşti altceva la fel de interesant pentru Alcoolic precum continuarea jocului său. De vreme ce, prin definiţie, îi este frică de intimitate, s-ar putea să fie nevoie ca substitutul să fie un alt joc, şi nu o relaţie eliberată de jocuri. Adesea, aşa-numiţii alcoolici vindecaţi nu sunt o companie socială prea stimulatoare şi este posibil ca ei să resimtă o lipsă de entuziasm în viaţa lor, fiind mereu tentaţi să revină la vechile obiceiuri. Criteriul unei „vindecări de joc" adevărate este ca fostul Alcoolic să poată bea la ocaziile sociale fără să se pună în pericol. Obişnuita vindecare de tip „abstinenţă totală" nu-l va satisface pe analistul jocului.

Din descrierea acestui joc este evident că Salvatorul este extrem de tentat să joace „Nu încerc decât să te ajut"; Persecutorul este tentat să joace „Uite ce mi-ai făcut"; iar Marioneta este tentată să joace „Bunul Joe", adică „Omul de treabă". Odată cu apariţia organizaţiilor care au popularizat ideea că alcoolismul este o boală, alcoolicii au fost învăţaţi să joace „Piciorul de lemn". Interesată în mod special de asemenea oameni, legea tinde să încurajeze acest lucru în zilele noastre. Accentul s-a deplasat de la Persecutor către Salvator, de la „Sunt un păcătos" la „Ce te aştepţi de la un om bolnav?"

(făcând parte din tendinţa gândirii modeme de îndepărtare de religie şi de apropiere de ştiinţă). Din punct de vedere existenţial, trecerea este discutabilă, iar din punct de vedere practic pare să nu fi făcut mai nimic pentru diminuarea vânzărilor de alcool băutorilor inveteraţi. Cu toate acestea, pentru majoritatea oamenilor, Alcoolicii Anonimi rămâne încă cea mai bună iniţiere în terapia autoîngăduinţei.

Antiteza. După cum bine se ştie, de obicei „Alcoolicul” este jucat intens şi renunţarea la el este foarte dificilă, într-un caz, o femeie alcoolică dintr-un grup de terapie a avut o participare foarte redusă în grup, până când a considerat că ştie destule despre ceilalţi membri pentru a-şi desfăşura jocul. Atunci, i-a întrebat pe ceilalţi ce părere au despre ea. Cum se purtase destul de plăcut, diferiţi membri ai grupului i-au spus lucruri frumoase, dar ea a protestat: „Nu asta v-am cerut. Vreau să ştiu ce credeţi voi cu adevărat”. Prin asta a spus foarte clar că aştepta comentarii depreciative. Celelalte femei au refuzat s-o persecute, după care s-a dus acasă şi i-a spus soţului că, dacă o vede că mai bea vreun pahar, trebuie ori să divorţeze de ea, ori s-o interneze într-un spital.

El i-a promis că aşa va face. în aceeaşi seară s-a îmbătat, iar el a intemat-o într-un spital de psihiatrie. în acest caz, ceilalţi membri ai grupului au refuzat să joace rolul de Persecutor pe care Albul li-l atribuise; ea n-a putut tolera acest comportament antitetic, în ciuda eforturilor tuturor de a-i întări învăţăturile pe care le căpătase deja. Acasă a găsit pe cineva dispus să joace rolul pe care ea îl cerea.

în alte cazuri, însă, pare că este posibil să pregătim suficient de bine pacientul, astfel încât acesta să poată renunţa la joc şi să încerce o vindecare socială adevărată, în care terapeutul refuză să joace rolul de Persecutor sau Salvator. E la fel de puţin terapeutic ca el să joace rolul Marionetei şi să-i permită pacientului să nu-şi respecte obligaţiile financiare şi de punctualitate. Din punct de vedere tranzacţional, procedura curativă corectă este adoptarea, după o muncă terapeutică preliminară atentă, a unei poziţii contractuale Adulte şi refuzul de

a juca oricare dintre roluri, în speranţa că pacientul va fi capabil să tolereze să se abţină nu numai de la consumul alcoolului, ci şi de la practicarea jocului său. Dacă nu poate, cel mai bine este să fie trimis la un Salvator.

Antiteza este deosebit de dificilă, pentru că băutorul inveterat este privit, în majoritatea ţărilor occidentale, ca obiect predilect al condamnării, îngrijorării sau generozităţii, iar cine nu vrea să joace niciunul dintre aceste roluri tinde să stârnească indignarea publică.
O abordare raţională poate fi chiar mai alarmantă pentru Salvatori decât pentru Alcoolic, uneori cu consecinţe nefericite pentru terapie, într-o situaţie clinică, un grup de specialişti era foarte interesat de jocul „Alcoolicul" şi încerca să obţină vindecări adevărate prin întreruperea jocului, nu doar prin simpla salvare a pacienţilor. îndată ce acest lucru a devenit evident, activitatea specialiştilor a fost blocată de către comisia de nespecialişti care conducea clinica şi niciunul dintre ei n-a mai fost chemat vreodată să ajute la tratarea acestor pacienţi.
Jocuri înrudite. O variantă interesantă a „Alcoolicului" se numeşte „Să bem un pahar". A fost descoperită de un cercetător perspicace, specializat în psihiatria industrială. Albul şi soţia sa (o Persecutoare nebăutoare) merg la picnic cu Negrul şi cu soţia acestuia (ambii Marionete). Albul le spune soţilor Negru: „Să bem un pahar!" Dacă ei beau un pahar, Albul se simte îndreptăţit să bea patru sau cinci. Jocul nu se mai desfăşoară dacă soţii Negru refuză să bea. Atunci, datorită cutumelor băutului, Albul este îndreptăţit să se considere insultat şi îşi va găsi parteneri mai obedienţi pentru următorul său picnic. Ceea ce pare generozitate Adultă la nivel social este un act de nepăsare la nivel psihologic, căci Copilul Albului obţine îngăduinţă Parentală de la Negru prin mituire pe faţă, chiar sub
nasul doamnei Alb, care nu are puterea de a protesta.
De fapt, tocmai pentru că „nu va avea puterea" de a protesta, doamna Alb consimte la tot aranjamentul, de vreme ce şi ea e la fel de nerăbdătoare ca jocul să continue, cu ea în rolul de Persecutor şi cu domnul Alb în rolul Alcoolicului. Acuzaţiile pe care i le va aduce în dimineaţa de după picnic sunt uşor de imaginat.

Această variantă poate produce complicaţii dacă Albul este şeful Negrului.
în general, Marioneta nu e chiar aşa de naivă cum sugerează numele. Marionetele sunt adesea oameni singuri, care au mult de câştigat fiind amabili cu Alcoolicii. Bărbatul de la magazinul din colţ care joacă „Bunul Joe" cunoaşte astfel mulţi oameni şi îşi poate crea o bună reputaţie în propriul cerc social, nu numai ca persoană generoasă, ci şi ca bun povestitor.
întâmplător, o variantă a „Bunului Joe" este să ceri sfaturi privind care e cel mai bun mod de a ajuta oamenii. Acesta este un exemplu de joc plăcut şi constructiv care merită încurajat. Este opusul jocului „Durul", care ia lecţii de violenţă sau cere sfaturi privind cea mai bună modalitate de a răni oamenii. Deşi masacrul nu este pus niciodată în practică, jucătorul are privilegiul de a se asocia cu persoane reale cu adevărat dure care joacă numai la câştig total şi se poate bucura de răsfrângerea gloriei acestora. Acesta e genul pe care francezii îl numesc un fanfaron de vice.
ANALIZA
Teza: Cât de rău am fost; vezi dacă mă poţi opri. Scopul: Autopedepsire.

Rolurile: Alcoolicul, Persecutorul, Salvatorul,

Marioneta, Furnizorul.

Psihodinamica: Deprivare orală.

Exemple: (1) Nu mă poţi prinde. Prototipurile acestui joc sunt dificil de corelat, din cauza complexităţii lor. însă copiii, în special copiii alcoolicilor, trec prin multe dintre manevrele caracteristice Alcoolicului. „Nu mă poţi opri" implică minciuni, ascunderea de lucruri, căutarea comentariilor critice, căutarea oamenilor de ajutor, găsirea vecinului binevoitor care dă lucruri

gratis etc. Autopedepsirea este amânată adesea pentru anii de mai târziu. (2) Alcoolicul şi cercul său.

Paradigma socială: Adult-Adult.

Adult: „Spune-mi ce crezi cu adevărat despre mine

sau ajută-mă să nu mai beau”.

Adult: „Voi fi sincer cu tine”.

Paradigma psihologică: Părinte-Copil.

Copil: „Nu mă poţi opri”.

Părinte: „Trebuie să nu mai bei pentru că...”

Mutările: (1) Provocare — acuzare sau iertare.

(2) îngăduinţă — furie sau dezamăgire.

Beneficiile: (1) Psihologic intern — (a) Băutul ca procedură —

revoltă, liniştire şi satisfacerea poftei.
(b) „Alcoolicul” ca joc — autopedepsire (probabil).
(2) Psihologic extern — evitare a sexualităţii şi a altor forme de intimitate. (3) Social intern — „Nu mă poţi opri”. (4) Social extern — „Dimineaţa de după”, „Martini” şi alte discuţii pentru trecerea timpului.
(5) Biologic — alternarea interacţiunilor încărcate cu iubire şi furie.

(6) Existenţial — „Toţi vor să mă lipsească de ceva”.

JOCURILE NOASTRE DE TOATE ZILELE 2. DATORNICUL

Teza. „Datornicul” este mai mult decât un joc. în America tinde să devină un scenariu, un plan pentru întreaga viaţă, la fel cum se

întâmplă în unele jungle din Africa şi Noua Guinee.' Acolo, rudele unui tânăr îi cumpără o nevastă la un preţ enorm, făcându- 1 datornicul lor pentru toţi anii ce urmează. în SUA domneşte acelaşi obicei, cel puţin în zonele mai civilizate ale ţării, cu diferenţa că în loc de preţul miresei este vorba de preţul casei şi, dacă rudele n-au bani, rolul lor este luat de către bancă.
Astfel, tânărul din Noua Guinee, cu un vechi ceas de mână atârnat la ureche ca să-i asigure succesul, şi tânărul din America, cu un ceas nou prins de încheietura mâinii ca să-i asigure succesul, simt amândoi că au un „scop" în viaţă. Marea sărbătorire, nunta sau petrecerea de casă nouă, are loc nu când este terminată plata creditului, ci când abia începe. La televizor, de pildă, nu este promovat omul de vârstă mijlocie care şi-a plătit, în fine, ipoteca, ci tânărul care se mută în noua lui casă cu familia, fluturând mândru hârtiile pe care tocmai le-a semnat şi care îl vor ţine legat perioada cea mai productivă din viaţa lui. După ce şi-a plătit datoriile — ipoteca, taxele de facultate pentru copiii săi şi asigurarea — este considerat o problemă, un „cetăţean senior" căruia societatea trebuie
să-i ofere nu numai confort material, ci şi un nou „scop". Ca şi în Noua Guinee, dacă e foarte şiret, poate deveni un mare creditor în loc de mare datornic, dar asta se întâmplă destul de rar.
' Mead, Margaret, Growing up în New Guinea, William Morrow &
Company, New York, 1951
.în timp ce aştern aceste rânduri, un gândac traversează biroul. Dacă e întors pe spate, poţi vedea ce eforturi imense face pentru a reveni înapoi pe propriile picioare. în acest interval, el are un „scop" în viaţă. Când reuşeşte, aproape că-i vezi expresia de victorie pe figură. Apoi pleacă şi ţi-l poţi imagina spunându-şi povestea la următoarea adunare a gândacilor, fiind privit cu admiraţie de tânăra generaţie, ca o insectă care a reuşit în viaţă. Dar mândria lui este amestecată şi cu puţină dezamăgire. Acum, după ce a ajuns sus, viaţa pare fără scop. Poate va reveni la

speranţa de a-şi repeta triumful. Ar putea să merite să-şi marcheze spatele cu cerneală, astfel încât să fie recunoscut dacă riscă. Un animal curajos, gândacul. Nu-i de mirare că supravieţuieşte de milioane de ani.
Totuşi, majoritatea tinerilor americani îşi iau foarte în serios ipotecile doar în perioadele de stres. Dacă sunt deprimaţi sau situaţia economică este proastă, obligaţiile lor îi fac să meargă mai departe, iar pe unii chiar îi pot împiedica să se sinucidă. Majoritatea timpului practică jocul de nivel mediu „Dacă n-ar fi fost datoriile", dar altfel, se bucură de viaţă. Doar câţiva dintre ei îşi fac o carieră din a juca varianta dură a „Datornicului". „încearcă să recuperezi" („ÎSR"), în sensul de „Hai, recuperează dacă poţi!", este jucat în mod obişnuit de cuplurile de tineri căsătoriţi şi ilustrează cum este conceput un joc astfel încât jucătorul să „câştige" indiferent de ce se întâmplă. Albii obţin tot felul de bunuri şi servicii pe credit, mărunte sau luxoase, în funcţie de mediul din care provin şi de modul în care au fost învăţaţi să joace de către părinţii sau bunicii lor. Dacă după câteva eforturi firave creditorul renunţă să- şi mai recupereze datoriile, atunci Albii se pot bucura de câştigurile lor fără penalităţi şi, în acest sens, câştigă.
Dacă creditorul face încercări mai susţinute, atunci ei se bucură de plăcerea urmăririi, ca şi de folosinţa lucrurilor achiziţionate. Forma dură a jocului apare când creditorul este hotărât să-şi recupereze datoria. Pentru a-şi lua banii înapoi, el va recurge la măsuri extreme. De regulă, acestea conţin un element coercitiv — se merge la angajatorii Albului sau la casa acestuia într-un camion zgomotos, pe care scrie cu litere mari „AGENŢIE DE RECUPERARE".
în acest moment are loc o comutare. Albul ştie acum că, probabil, va trebui să plătească. Dar din cauza elementului coercitiv, indicat foarte clar de recuperator în majoritatea cazurilor printr-o „scrisoare de preaviz" („Dacă nu apăreţi la biroul nostru în 48 de

ore...”), Albul se simte absolut justificat să se înfurie; acum el trece la o variantă de „Acum te-am prins, ticălosule”. în acest caz, el câştigă demonstrând că creditorul este lacom, fără scrupule şi nu se poate avea încredere în el. Cele mai evidente două beneficii ale acestei situaţii sunt:
(1) întăreşte poziţia existenţială a Albului, care este deghizată sub forma „Toţi creditorii sunt hrăpăreţi”; şi (2) oferă un mare beneficiu social extern, de vreme ce el este acum în poziţia de a-şi abuza făţiş creditorul în faţa prietenilor săi fără să-şi piardă statutul de „om de treabă” — „Bunul Joe”. El poate avea, de asemenea, şi un beneficiu social intern, confruntându-l pe creditor în mod direct, în plus, profită de avantajul său asupra întregului sistem de creditare: dacă creditorii sunt aşa cum a arătat el acum, atunci de ce să mai plătească pe cineva?
„Creditorul”, în forma „încearcă să scapi basma curată” („ÎSBC”), este jucat uneori de mici baroni locali. Jucătorii de „ÎSR” şi „ÎSBC” se recunosc rapid unii pe alţii şi se bucură în secret, abia aşteptând să se implice, datorită beneficiilor tranzacţionale şi distracţiei
promiţătoare. Indiferent cine câştigă banii, fiecare i-a îmbunătăţit poziţia celuilalt jucând „De ce mi se întâmplă întotdeauna mie?” după ce s-a terminat totul.
Jocurile legate de bani pot avea consecinţe foarte grave. Dacă aceste descrieri unora li se par amuzante, acest lucru se întâmplă nu pentru că sunt legate de fleacuri, ci din cauza expunerii motivaţiilor triviale din spatele chestiunilor pe care oamenii sunt învăţaţi să le ia în serios.
Antiteză. Antiteza evidentă pentru „ÎSR” este să ceri plata imediată, în bani lichizi. Dar un bun jucător de „ÎSR” are metode să se fofileze, ceea ce va ţine la unii creditori, însă nu şi la cei mai experimentaţi. Antiteza pentru „ÎSBC” sunt promptitudinea şi onestitatea. De vreme ce jucătorii duri de „ÎSR” şi „ÎSBC” sunt toţi profesionişti în toată puterea cuvântului, un amator are tot atâtea

şanse în faţa lor ca şi în faţa unor jucători profesionişti de jocuri de noroc. Cum amatorul câştigă arareori, el poate măcar să se bucure dacă a ajuns să fie implicat în vreunul din aceste jocuri. De vreme ce ambele sunt jucate, prin tradiţie, cu încrâncenare, nimic nu este mai deconcertant pentru profesionişti decât să aibă ca victimă un amator care să râdă de rezultat. în cercurile financiare, acest lucru este considerat cu totul exclus. în cazurile relatate autorului de faţă, să râzi de un datornic când îl întâlneşti pe stradă este la fel de stupefiant, frustrant şi deconcertant pentru el cum este pentru un „Neîndemânatic” să joci cu el anti-”Neîndemânaticul”.

3. DĂ-MI UN ŞUT

Teza. Acest joc este practicat de oameni ale căror maniere sociale sunt echivalente cu purtarea unei pancarte pe care scrie „Te rog, numi da un şut”. Tentaţia este aproape irezistibilă şi, când se produce urmarea firească, Albul spune plângăreţ: „Dar pe pancartă scria să nu-mi dai un şut”. Apoi adaugă plin de neîncredere, „De ce mi se întâmplă întotdeauna mie?” („DCMÎÎM”). Clinic, „DCMÎÎM” poate fi introiectat şi deghizat în clişeul din „Psihiatrie”: „Ori de câte ori sunt stresat, devin foarte agitat”. Un element specific jocului „DCMÎÎM” ţine de o mândrie inversă: „Nefericirile mele sunt mai bune decât ale tale”. Acest factor se regăseşte adesea la paranoizi.

Dacă oamenii din mediul lui se abţin să-l lovească din bunătate, fiindcă joacă „încerc doar să te ajut”, datorită convenţiilor sociale sau a regulilor organizaţionale, atunci comportamentul lui devine din ce în ce mai provocator, până când depăşeşte limitele şi îi obligă s-o facă. Aceştia sunt bărbaţii proscrişi, excluşi, care sunt daţi afară de la serviciu.

Jocul corespunzător la femei este „Jerpelita”. Adesea afabile, se căznesc

să pară sărăcăcioase. Ele au grijă ca, din motive „întemeiate”, veniturile lor să nu se ridice niciodată prea mult peste nivelul de subzistenţă. Dacă se aleg cu o moştenire neaşteptată, găsesc întotdeauna tineri întreprinzători care să le ajute să scape de ea, dându-le, în schimb, acţiuni la afaceri falimentare sau ceva echivalent. în termeni colocviali, o asemenea femeie este numită „Prietena mamei”, fiind gata întotdeauna să dea sfaturi parentale chibzuite şi să trăiască prin procură, pe seama experienţei altora. Jocul lor „DCMÎÎM” este unul tăcut şi doar strădania lo

rcurajoasă sugerează întrebarea: „De ce mi întâmplă întotdeauna mie?”

O formă interesantă a „DCMÎÎM” apare la oamenii bine adaptaţi care obţin tot mai multe recompense şi succese, adesea mult peste aşteptările lor. Aici, „DCMÎÎM” poate conduce la un mod de gândire serios şi constructiv şi la dezvoltare personală în cel mai

bun sens al cuvântului dacă ia forma lui „Ce am făcut ca să merit asta?”

4. ACUM TE-AM PRINS, TICĂLOSULE (ATAPT)

Teza. Acesta poate fi observat în forma clasică a jocului de poker. Albul are o mână imbatabilă, cum ar fi un careu de aşi. în acest moment, dacă este un jucător de „ATAPT”, el este mai interesat de faptul că Negrul este complet la mâna lui decât că are noroc la poker sau câştigă bani.

Albul avea nevoie de reparaţii la instalaţie şi a verificat cu atenţie costurile împreună cu instalatorul înainte să-i dea undă verde acestuia. Preţul a fost stabilit şi s-a căzut de acord că nu vor mai apărea alte cheltuieli. Când instalatorul i-a trimis factura, a inclus pe aceasta câţiva dolari în plus pentru o valvă ce a trebuit instalată pe neaşteptate — era vorba de vreo patru dolari în plus, pe o factură de 400 de dolari. Albul s-a înfuriat, l-a sunat pe instalator şi i-a cerut explicaţii. Instalatorul nu s-a lăsat. Albul i-a scris o scrisoare lungă, în care îi critica integritatea şi etica, refuzând să plătească factura până când nu era anulată suma în plus. Instalatorul a cedat în cele din urmă.

Curând a devenit evident că atât Albul, cât şi instalatorul erau implicaţi în jocuri. în cursul negocierilor, şi-au recunoscut unul altuia potenţialul. Instalatorul a făcut mutarea provocatoare când a trimis factura. De vreme ce Albul avea cuvântul instalatorului, era clar că instalatorul era cel care greşise. Albul se simţea acum îndreptăţit să-şi verse asupra lui furia aproape fără margini. în loc să negocieze în mod demn, conform standardelor Adultului pe care şi le stabilise, poate cu o uşoară iritare nevinovată, Albul a profitat de oportunitatea de a critica intens întregul mod de viaţă al instalatorului. La suprafaţă, disputa lor era Adult-Adult, o neînţelegere legitimă în relaţia lor de afaceri, privind o anumită sumă de bani deja stipulată. La nivel psihologic, disputa era Părinte-Adult: Albul profita de obiecţia (poziţia) sa banală, dar acceptabilă social, pentru a- şi descărca pe vicleanul său partener

de negocieri furia acumulată de mulţi ani, la fel cum ar fi putut face şi mama sa într-o situaţie similară. Şi-a recunoscut rapid atitudinea subiacentă („ATAPT”) şi şi- a dat seama ce încântat a fost, în secret, de provocarea instalatorului. Apoi şi-a amintit că încă din copilăria timpurie căutase nedreptăţi asemănătoare, acceptându-le cu încântare şi profitând de ele cu aceeaşi vigoare. în multe din cazurile relatate, uitase care fusese provocarea propriu-zisă, dar îşi amintea cu lux de amănunte desfăşurarea confruntării. Instalatorul, după toate aparenţele, juca o variantă de „De ce mi se întâmplă întotdeauna mie?” (,',DCMIIM”).
„ATAPT” este un joc la două mâini care trebuie deosebit de „Nu-i aşa că-i îngrozitor?” („NACÎ”). în „NACÎ”, agentul caută nedreptăţile pentru a se plânge de ele unei terţe părţi, transformându-l într-un joc la trei mâini: Agresorul, Victima, Confidentul. „NACÎ” este jucat sub sloganul „Pesimismul este contagios”. Confidentul este, de obicei, cineva care joacă şi el „NACÎ”. Şi „DCMÎÎM” este un joc la trei mâini, dar aici agentul încearcă să stabilească superioritatea nefericirii sale şi respinge concurenţa altor nefericiţi. Forma profesională la trei mâni a jocului „ATAPT” este comercializată sub numele de „Şantajul”. El poate fi jucat şi ca joc marital la două mâini, în forme mai mult sau mai puţin subtile.
Antiteza. Cea mai bună antiteză este comportamentul corect. Structura contractuală a unei relaţii cu un jucător de „ATAPT” trebuie să fie stipulată explicit şi detaliat cu prima ocazie, iar regulile trebuie urmate cu strictețe, în practica clinică, de pildă, chestiunea plăţii pentru lipsa de la şedinţe sau pentru anularea acestora trebuie reglementată clar pe loc şi trebuie avute în vedere precauţii suplimentare pentru a evita greşelile la programări. Dacă apare o tensiune neprevăzută, antiteza este lăsată uşor deoparte, fără dispute, până când terapeutul este pregătit să facă faţă jocului. în viaţa de zi cu zi, afacerile cu jucători de „ATAPT” sunt întotdeauna un risc calculat. Soţia unei

asemenea persoane trebuie tratată cu o răceală diplomatică, trebuind evitate şi cele mai mici flirturi şi galanterii, mai ales dacă soţul însuşi pare să le încurajeze.

ANALIZĂ

Teza: Acum te-am prins, ticălosule.

Scopul: Justificare.

Rolurile: Victimă, Agresor.

Psihodinamica: Furie geloasă.

Exemple: (1) „De data asta te-am prins". (2) Soţul gelos.

Paradigma socială: Adult-Adult. Adult: „Vezi, tu ai greşit".

Adult: „Acum, că mi-ai atras atenţia, presupun că da". Paradigma

psihologică: Părinte-Copil. Părinte: „Am fost cu ochii pe tine,

sperând să faci o greşeală". Copil: „De data asta m-ai prins".

Părinte: „Da, şi o să te fac să simţi întreaga forţă a furiei mele".
Mutările: (1) Provocare — Acuzaţie. (2) Apărare — Acuzaţie. (3) Apărare — Pedeapsă.
Beneficiile: (1) Psihologic intern —justificare a furiei. (2) Psihologic extern — evitarea confruntării cu propriile deficienţe. (3) Social intern — „Acum te-am prins, ticălosule". (4) Social extern — „Ei te pândesc întotdeauna, să te prindă". (5) Biologic — schimburi beligerante, de obicei fără natură sexuală. (6) Existenţial — oamenii nu sunt de încredere.

5. UITE CE M-AI ÎMPINS SĂ FAC (UCMÎSF)

Teza. în forma sa clasică, este un joc marital, de fapt este „o bombă maritală de trei stele”, dar merge jucat şi între părinţi şi copii, precum şi la serviciu.
(1) „UCMÎSF” de gradul întâi: Albul, simţindu-se inabil în plan social, se lasă absorbit de o activitate care tinde să-l izoleze de oameni. Poate că tot ceea ce vrea pe moment este să fie lăsat în pace. Un intrus, cum ar fi soţia sau unul dintre copii, vine fie pentru un stimul (stroke), fie pentru a-l întreba ceva de genul „Unde pot să găsesc patentul?”. Această întrerupere „îl împinge” să facă o mişcare greşită cu dalta, pensula, maşina de scris sau aparatul de

sudură, moment în care se întoarce şi strigă furios la intrus: „Uite m-ai împins să fac!” Pe măsură ce situaţia se repetă de-a lungul anilor, famili

atinde tot mai mult să-l lase singur când este absorbit de ceva. Bineînţeles că nu intrusul, ci propria iritare îl „împinge” să facă greşeala, iar el este foarte încântat când se întâmplă asta, pentru că îi dă ocazia să alunge vizitatorul. Din păcate, acest joc este învăţat cu mult prea mare uşurinţă de copiii mici, astfel încât este transmis rapid de la o generaţie la alta. Satisfacţiile şi beneficiile subiacente sunt mai clar demonstrate când este jucat într-un fel mai seducător.
(2) „UCMÎSF” de gradul doi: dacă acest joc este baza unui mod de viaţă, şi nu doar folosit ocazional ca mecanism de protecţie, Albul se căsătoreşte cu o femeie care joacă „încerc doar să te ajut” sau una dintre variantele acestuia. Astfel, lui îi este uşor să lase deciziile în seama ei. Adesea, poate face acest lucru sub masca atenţiei sau a galanteriei. Din politeţe şi consideraţie, o poate lăsa pe ea să decidă la ce restaurant să meargă pentru cină sau ce film să vadă. Dacă lucrurile ies bine, poate să se bucure. Dacă nu,

poate da vina pe ea, spunând sau sugerând: „Tu m-ai băgat în asta”, o variaţiune simplă a lui „UCMÎSF”. Sau poate arunca asupra ei povara deciziilor privind creşterea copiilor, în timp ce el se comportă ca un executant; dacă odraslele se supără, poate juca în mod direct „UCMÎSF”. Astfel, de-a lungul anilor este pregătit terenul pentru învinovăţirea mamei în cazul în care copiii o iau razna; dar jocul „UCMÎSF” nu este un punct terminus, ci oferă doar o satisfacţie trecătoare în drumul spre „Ţi-am spus eu” sau „Uite ce ai făcut acum”.

Jucătorul de profesie, care îşi pavează drumul psihologic cu „UCMÎSF”, îl va folosi, de asemenea, şi la locul de muncă. în ocupaţionalul „UCMÎSF”, cuvintele sunt înlocuite cu priviri pline de resentimente vechi. Jucătorul, ca din partea managementului „bun” sau „democratic”, le cere sugestii asistenţilor săi. în acest fel, îşi poate asigura o poziţie de nezdruncinat din care îi poate teroriza pe subalternii săi. Orice greşeală proprie poate fi folosită împotriva lor, fiindu-le atribuită. Folosită împotriva superiorilor (acuzarea lor pentru propriile lui greşeli), devine autodistructivă şi poate duce la concediere sau la transferul în altă unitate dacă e vorba de armată. în acest caz, este o componentă a jocului „De ce mi se întâmplă întotdeauna mie?” al resentimentarilor sau a jocului „Iar încep” al depresivilor (ambele din familia „Dă-mi un şut”).

(3) „UCMÎSF” de gradul trei: în forma sa dură, poate fi jucat de paranoizi împotriva celor suficient de imprudenţi încât să le dea sfaturi (vezi „încerc doar să te ajut”). Poate fi periculos şi, în cazuri rare, chiar fatal.

„UCMÎSF” şi „Tu m-ai băgat în asta” („TMBÎA”) se completează bine unul pe celălalt, astfel încât combinaţia dintre ele constituie baza clasică a contractului ascuns al jocului din multe mariaje. Acest contract este ilustrat în continuare.

De comun acord, doamna Alb se ocupa de contabilitatea familiei şi plătea facturile din contul lor comun, pentru că domnul Alb „nu se

pricepea la cifre”. La fiecare câteva luni, erau anunţaţi că depăşiseră limita contului, iar domnul Alb trebuia să rezolve situaţia cu banca. Când au căutat sursa problemei, s-a dovedit că doamna Alb făcuse cumpărături costisitoare fără să-i spună soţului. Când acest lucru a ieşit la iveală, domnul Alb şi-a jucat furios „TMBÎA”, iar soţia i-a acceptat, plină de lacrimi, reproşurile, promiţând că nu se va mai întâmpla. Totul a mers bine pentru o vreme, până când a apărut brusc un creditor, care le-a cerut să plătească imediat o factură a cărei scadenţă trecuse de mult. Domnul Alb, neştiind nimic despre această factură, şi-a întrebat soţia despre ce e vorba. Ea a început să joace imediat „UCMÎSF”, spunând că era numai vina lui.
De vreme ce el îi interzisese să depăşească limita contului lor comun, singura ei soluţie fusese să lase neplătită această obligaţie şi să ascundă datoria de el.
Continuarea acestor jocuri a fost permisă timp de zece ani, în ideea că de fiecare dată va fi ultima dată şi că după aceea totul va fi altfel — cum şi era timp de câteva luni. în terapie, domnul Alb a analizat foarte inteligent acest joc, fără niciun ajutor din partea terapeutului, găsind şi un remediu eficace. De comun acord, el şi doamna Alb au pus toate conturile din bancă pe numele lui. Doamna Alb a continuat să ţină contabilitatea casei şi să se ocupe de facturi, dar acestea erau verificate întâi de domnul Alb, care controla toate dispoziţiile de plată, în acest fel, nicio datorie sau depăşire de cont nu-i putea rămâne necunoscută şi acum împărţeau munca privind bugetul casei. Lipsiţi de satisfacţiile şi beneficiile combinaţiei dintre „UCMÎSF” şi „TMBÎA”, soţii Alb au resimţit la început o pierdere, dar apoi au fost impulsionaţi să găsească moduri de gratificare reciprocă mai deschise şi mai constructive.
Antiteza. Antiteza jocului „UCMÎSF” de gradul întâi este să laşi jucătorul singur, iar a celui de gradul doi este să îi pasezi Albului înapoi luarea deciziei. Jucătorul de gradul întâi poate reacţiona

simţindu-se părăsit, dar rareori se înfurie; jucătorul de gradul doi se poate bosumfla dacă este forţat să preia iniţiativa, astfel încât practicarea sistematică a unui anti-”UCMÎSF” duce la consecinţe neplăcute. Antiteza jocului „UCMÎSF” de gradul trei trebuie lăsată pe mâna profesioniştilor.

ANALIZĂ PARŢIALĂ

Scopul acestui joc este răzbunarea. Din punct de vedere psihodinamic, forma uşoară a acestui joc poate fi asociată cu ejacularea prematură, iar forma dură, cu furia ce are la bază anxietatea (angoasa) de „castrare”. Este un joc învăţat foarte uşor de către copii. Beneficiul psihologic extern (evitarea responsabilităţii) este predominant, iar jocul este adesea precipitat de ameninţarea unei intimităţi iminente, de vreme ce furia „justificată” oferă o foarte bună scuză pentru evitarea relaţiilor sexuale. Poziţia existenţială este: „N-am nicio vină”.

NOTĂ

Datorăm mulţumiri dr. Rodney Nurse şi doamnei Frances Matson de la Centrul pentru Tratament şi Educaţie privind Alcoolismul din Oakland, California, precum şi dr. Kenneth Everts, dr. R.J. Starrels, dr. Robert Goulding şi altora cu un interes special în această problemă, pentru eforturile lor continue de studiere a „Alcoolicului” ca joc şi pentru contribuţiile şi criticile lor aduse discuţiei de faţă

.JOCURI MARITALE

Aproape orice joc poate forma eşafodajul căsniciei şi vieţii de familie, dar unele, precum „Dacă n-ai fi fost tu”, sunt mai înfloritoare, iar altele, precum „Femeia frigidă”, sunt tolerate mai mult timp în contextul exercitării forţei legale a intimităţii contractuale. Desigur, jocurile maritale pot fi separate doar în mod arbitrar de cele sexuale, care sunt abordate într-un capitol separat. Jocurile care capătă, în mod caracteristic, cele mai înfloritoare forme în cadrul relaţiei maritale sunt: „Colţul”, „Tribunalul”, „Femeia frigidă” şi „Bărbatul frigid”, „Tracasata”, „Dacă n-ai fi fost tu”, „Uite cât de mult am încercat” şi „Iubiţica”.

1. COLŢUL

Teza. „Colţul” ilustrează mai clar decât majoritatea jocurilor aspectul lor manipulator şi funcţia lor de bariere contra intimităţii. Paradoxal, el constă în refuzul viclean de a fi implicat în jocul altuia.

1. Doamna Alb îi sugerează soţului să meargă la un film. Domnul Alb este de acord.

2a. Doamna Alb are o scăpare „inconştientă”. Ea menţionează foarte natural, în cursul conversaţiei, că locuinţa trebuie zugrăvită. Acesta este un proiect costisitor, iar Albul tocmai îi spusese recent că sunt strâmtoraţi financiar; cerându-i să nu-l bată la cap şi să nu-l irite cu propuneri costisitoare, cel puţin până la începutul lunii următoare. Prin urmare, nu este un moment potrivit pentru deschiderea unei discuţii despre starea locuinţei, iar Albul răspunde nepoliticos.

2b. Alternativă: Albul îndreaptă discuţia spre subiectul locuinţei, astfel încât doamnei Alb să-i fie greu să reziste tentaţiei de a spune că trebuie zugrăvită. Ca şi în cazul precedent, Albul răspunde grosolan.

3. Doamna Alb se ofensează şi spune că, dacă el e în toane proaste, ea nu mai merge cu el la film şi că n-are decât să se ducă

singur. El răspunde că, dacă asta e părerea ei, atunci o să meargă singur.
4. Albul se duce la film (sau iese cu băieţii), lăsând-o acasă pe doamna Alb, să-şi vadă de sentimentele rănite.
în acest joc există două stratageme posibile:
A. Doamna Alb ştie foarte bine, din experienţele trecute, că n-ar trebui să ia în serios enervarea lui. Ceea ce doreşte el, de fapt, este ca ea să-i arate că apreciază cât de mult munceşte pentru bunăstarea familiei lor, după aceea ar putea ieşi fericiţi împreună în oraş. Dar ea refuză să intre în jocul lui, iar el se simte foarte decepţionat. Pleacă dezamăgit şi plin de resentimente, în timp ce ea rămâne acasă, părând abuzată, însă trăind în secret un sentiment de triumf.
B. Albul ştie foarte bine, din experienţele trecute, că n-ar trebui să ia în serios supărarea ei. Ceea ce vrea ea, de fapt, este ca el s-o împace drăgăstos; după aceea ar putea ieşi fericiţi împreună în oraş. Dar el refuză să intre
în jocul ei, ştiind că refuzul său nu este sincer; ştie că ea vrea să fie alintată, dar se preface că nu şi-a dat seama. Pleacă de acasă vesel şi uşurat, dar părând nedreptăţit.
Ea rămâne dezamăgită şi plină de resentimente.
în fiecare dintre aceste cazuri, dintr-un punct de vedere naiv, poziţia învingătorului este ireproşabilă; tot ce a făcut el sau ea a fost să ia spusele celuilalt la propriu. Acest lucru este mai clar în cazul (B), în care
Albul ia în serios refuzul de faţadă al doamnei Alb de a ieşi la film. Amândoi ştiu că ea minte, dar pentru că a spus-o, este prinsă la colţ.
Beneficiul cel mai evident aici este cel psihologic extern. Pentru amândoi filmele sunt stimulatoare sexual şi este mai mult sau mai puţin de anticipat faptul că după întoarcerea acasă de la cinema vor face dragoste.

Ca atare, oricare dintre ei doreşte să evite intimitatea iniţiază jocul prin mutarea (2a) sau (2b). Aceasta este o variantă teribil de exasperantă a jocului „Scandalul” (vezi capitolul 9). Partea „nedreptăţită” poate argumenta cu succes că nu vrea să facă dragoste într-o stare de indignare justificată, iar partenerul pus la colţ nu mai are ce să facă.
Antiteza. Pentru doamna Alb este simplu. Nu e nevoie decât să se răzgândească, să-şi ia soţul în braţe, să-i zâmbească şi să plece cu el (o trecere din starea de Copil în cea de Adult). Pentru domnul Alb este mai dificil, de vreme ce soţia lui are acum iniţiativa; dar dacă el reanalizează situaţia, poate fi capabil să-şi alinte soţia şi s-o
convingă să meargă cu el, fie în starea de Copil bosumflat care a fost împăcat, fie, şi mai bine, ca Adult.
„Colţul” apare într-o formă oarecum diferită ca joc de familie care implică şi copiii, semănând cu „dubla constrângere” descrisă de Bateson şi asociaţii săi*. Aici,

Bateson, G. şi alţii, „Toward a Theory of Schizophrenia”, Behavioral

Science, 1:251-264,1956.

copilul este cel pus la colţ, astfel încât orice face el este greşit. Conform şcolii lui Bateson, acesta poate fi un factor etiologic important al schizofreniei. Prin urmare, în limbajul folosit aici, schizofrenia poate fi antiteza unui copil la „Colţul”. Experienţa în tratarea schizofrenicilor adulţi prin analiza jocurilor susţine această idee — adică, dacă jocul de familie „Colţul” este analizat pentru a se demonstra că scopul adoptării unui comportament schizofrenic a fost şi este tocmai contracararea acestui joc, atunci se înregistrează o remisie totală sau parţială la pacientul pregătit în mod adecvat.
O formă comună de „Colţ” jucată de întreaga familie şi care are mari şanse să afecteze dezvoltarea caracterului copiilor mai mici

apare în cazul părinţilor intruzivi şi excesiv de „Parentali”. Copiii sunt îndemnaţi să dea mai mult ajutor în casă, dar când o fac, nimic nu este bine în ochii părinţilor lor — este o ilustrare domestică a zicalei „rău dacă faci, rău dacă nu faci”. Această „dublă constrângere” poate fi numită „Colţul” de tip dilemă.

„Colţul” este considerat uneori un factor etiologic al astmului la

copii. Fetiţa: „Mami, mă iubeşti?”
Mama: „Ce e iubirea?”

Această replică lasă copilul fără nicio portiţă de scăpare. Ea vrea să vorbească despre mamă, dar aceasta schimbă subiectul cu unul filosofic, căruia fetiţa nu are încă mijloacele necesare de a-i face faţă. Ea începe să respire rapid, mama devine iritată, se instalează astmul, mama îşi cere scuze, iar „Jocul Astmului” îşi urmează de acum cursul. Varianta de tip „Astmul” a jocului „Colţul” are nevoie de mai multe cercetări

.în grupurile de terapie apare uneori o variantă elegantă a jocului „Colţul”, care ar putea fi numită „Tipul Russell-Whitehead”, după numele celor doi logicieni britanici.

Negrul: „Oricum, când tăcem, măcar nu ne angrenăm în jocuri”.

Albul: „Şi tăcerea poate fi un joc”.

Roşul: „Azi nu s-a angrenat nimeni în jocuri”.

Albul: „Dar însuşi faptul de a nu te angrena în jocuri poate fi un

joc”.

Antiteza terapeutică este la fel de elegantă: paradoxurile logice sunt interzise. Când Albul este lipsit de această manevră, anxietăţile lui ies repede la iveală.

Jocul marital „Pacheţelul de prânz” este apropiat de „Colţul”, pe de o parte, şi de „Jerpelita”, pe de altă parte. Soţul, care îşi permite să ia prânzul la un restaurant bun, îşi face totuşi în fiecare dimineaţă câteva sandviciuri, pe care le ia cu el la serviciu într-o pungă de hârtie. în felul acesta, el foloseşte cojile de pâine, resturile de la cină şi pungile de hârtie pe care soţia i le pune deoparte. Acest lucru îi oferă un control absolut asupra banilor familiei, căci ce soţie ar îndrăzni să-şi cumpere o haină de blană când el se sacrifică astfel? Soţul se bucură şi de numeroase alte beneficii, cum ar fi privilegiul de a mânca prânzul de unul singur şi de a-şi continua munca în timpul pauzei de prânz. în multe privinţe, acesta este un joc constructiv, pe care l-ar fi aprobat şi Benjamin Franklin, de vreme ce încurajează virtuţile cumpătării, muncii asidue şi punctualităţii.

2. TRIBUNALUL

Teza. Din punct de vedere descriptiv, aparţine clasei jocurilor cu o maximă înflorire în domeniul juridic, printre care se mai numără „Picior de lemn” (invocarea nebuniei) şi „Datornicul” (procesul civil). Din punct de vedere clinic, este întâlnit cel mai adesea în consilierea de cuplu şi în grupurile de psihoterapie maritală, într-adevăr, unele consilieri de cuplu şi grupuri de psihoterapie maritală constau în jucarea la nesfârşit a „Tribunalului”, în care nu se rezolvă nimic, de vreme ce jocul nu este întrerupt niciodată. în

asemenea cazuri devine evident că terapeutul sau consilierul este implicat puternic în joc fără să-şi dea seama.
„Tribunalul” poate avea oricâţi jucători, însă, în esenţă, este un joc la trei mâini, cu un reclamant, un pârât şi un judecător, care sunt soţul, soţia şi respectiv terapeutul. Dacă este jucat în grupul de terapie, la radio sau la televizor, ceilalţi membri ai publicului sunt distribuiţi în rolul de juraţi. Soţul îşi începe plângerea: „Daţi-mi voie să vă spun ce a făcut (soţia) ieri. A luat...” etc. Soţia răspunde în mod defensiv: „Uitaţi cum a fost de fapt... şi în afară de asta, cu puţin timp înainte el făcuse... şi oricum, la momentul acela amândoi eram...” etc. Soţul adaugă în mod galant: „Mă bucur că aveţi ocazia să auziţi ambele variante ale istoriei. Vreau să fie corect”. în acest moment, consilierul spune cumpănit: „După opinia mea, dacă luăm în considerare...” etc. Dacă există oameni în public, terapeutul le poate arunca lor problema spunând: „Să auzim ce au de spus şi ceilalţi”. Dacă grupul are deja experienţă, va juca rolul juriului fără nicio instrucţiune de la terapeut.
Antiteza. Terapeutul îi spune soţului: „Aveţi perfectă dreptate!” Dacă soţul se relaxează mulţumit sau
triumfător, terapeutul îl întreabă: „Ce părere aveţi despre ce v-am spus ?” Soţul răspunde: „Bună”. Apoi terapeutul spune: „De fapt, eu cred că greşiţi”. Dacă soţul este sincer, va răspunde: „Am ştiut-o de la început”. Dacă nu este sincer, va afişa o reacţie care semnalează clar existenţa unui joc în desfăşurare. După aceea devine posibil să se lucreze mai în profunzime. Elementele jocului constau în faptul că, deşi reclamantul pretinde zgomotos victoria, de fapt el crede în adâncul său că greşeşte.
După ce s-a strâns suficient material clinic pentru clarificarea situaţiei, jocul poate fi blocat prin una dintre cele mai elegante manevre din întreaga artă a antitezei. Terapeutul instituie o regulă care interzice folosirea (gramaticală) a persoanei a treia în cadrul grupului. Din acel moment, membrii grupului se pot adresa unul altuia doar în mod direct prin pronumele „tu” sau pot vorbi despre

ei înşişi la persoana întâi, folosind pronumele „eu”, dar nu pot spune „Vreau să-ţi spun despre el că...” sau „Vreau să-ţi spun despre ea că...”. în acest moment, cuplul îşi încetează complet jocurile în cadrul grupului sau trec la „lubiţica”, care este un oarecare progres, ori intră în jocul „Mai mult decât atât”, care nu ajută la nimic, „lubiţica” este descris către finalul acestui capitol. în „Mai mult decât atât”, reclamantul face acuzaţii după acuzaţii. Pârâtul răspunde la fiecare prin „Pot să-ţi explic”. Reclamantul nu dă nicio atenţie explicaţiilor, dar îndată ce pârâtul face o pauză, lansează o nouă acuzaţie printr-un alt „mai mult decât atât”, urmată de o nouă explicaţie — un schimb tipic Părinte-Copil.
„Mai mult decât atât” este jucat cel mai intens de către pârâţii paranoizi. Datorită tendinţei lor de a lua totul la modul propriu, le este foarte uşor să-i frustreze pe reclamanţii care se exprimă în termeni metaforici sau
cu umor. în general, metaforele sunt cele mai evidente capcane prin care se poate evita jocul „Mai mult decât atât”.
în forma sa de zi cu zi, „Tribunalul” este uşor de observat la copii, ca joc la trei mâini între doi fraţi şi un părinte. „Mama, ea mi-a luat bombonica.” „Da, dar el mi-a luat păpuşica şi înainte de asta m-a lovit, şi, oricum, amândoi promiseserăm să împărţim bombonica.”

ANALIZĂ

Teza: Ei trebuie să-mi dea dreptate. Scopul: Confirmare.

Rolurile: Reclamant, Pârât, Judecător (şi/sau Juraţi).

Psihodinamica: Rivalitate între fraţi.

Exemple: (1) Copiii se ceartă, părinţii intervin.

(2) Cuplurile căsătorite caută „ajutor”.

Paradigma socială: Adult-Adult.

Adult: „Asta mi-a făcut ea mie”.

Adult: „Acestea sunt faptele reale”.

Paradigma psihologică: Copil-Părinte.

Copil: „Spune-mi că eu am dreptate”.

Părinte: „El are dreptate”. Sau: „Amândoi aveţi dreptate”.

Mutările: (1) înregistrarea plângerii — înregistrarea apărării. (2) Reclamantul înaintează o respingere, o concesie sau un gest de bună-credinţă. (3) Decizia judecătorului sau instrucţiuni pentru juriu.
(4) înregistrarea deciziei finale.

Beneficiile: (1) Psihologic intern — proiecţia vinovăţiei. (2) Psihologic extern — eliberarea de vinovăţie. (3) Social intern — „Iubito”, „Mai mult decâ

tatât”, „Scandalul” şi altele. (4) Social extern — „Tribunalul”. (5) Biologic — semne de recunoaştere (strokes) de la judecător şi juraţi. (6) Existenţial — poziţia depresivă „Tot timpul sunt de vină”.
3. FEMEIA FRIGIDĂ

Teza. Acesta este aproape întotdeauna un joc marital, de vreme ce e greu de imaginat că o legătură neoficială ar putea oferi ocaziile şi privilegiile necesare pe o perioadă de timp suficient de lungă, sau că o asemenea legătură ar putea fi menţinută în aceste condiţii.

Soţul îi face avansuri soţiei şi este respins. După încercări repetate, i se spune că toţi bărbaţii sunt nişte animale, că el n-o iubeşte cu adevărat, că nu-l interesează decât sexul. El încetează o vreme, apoi încearcă din nou, cu acelaşi rezultat. în cele din urmă, se resemnează şi nu-i mai face deloc avansuri. Pe măsură ce trec săptămânile sau lunile, soţia devine tot mai neprotocolară şi uneori neglijentă. Se plimbă prin dormitor pe jumătate dezbrăcată sau îşi uită prosopul curat când face baie, iar el trebuie să i-l aducă. Dacă joacă varianta dură sau bea mult, poate flirta cu alţi bărbaţi la petreceri. în timp, el răspunde acestor provocări şi încearcă din nou. Este respins încă o dată şi se iscă jocul „Scandalul" pe seama comportamentului lor recent, a altor cupluri, a rudelor, a banilor şi eşecurilor lor, totul terminându-se cu uşi trântite.
De data asta, soţul hotărăşte că s-a săturat şi că va găsi un modus vivendi fără sex. Lunile trec. El nu mai reacţionează la paradele în neglijeu şi la manevra prosopului uitat. Soţia devine mai provocator de neprotocolară şi mai provocator de neglijentă, dar el încă rezistă. Apoi, într-o seară, ea chiar se apropie de el şi-l sărută. La început el nu răspunde, respectându-şi decizia luată, dar curând natura începe să-şi spună cuvântul după îndelungata „înfometare",
iar el este sigur că de data asta a reuşit. Primele lui avansuri timide nu sunt respinse. Devine tot mai îndrăzneţ. însă chiar în momentul critic, soţia face un pas înapoi şi strigă: „Vezi? Ţi-am spus eu! Toţi bărbaţii sunt nişte animale! Nu voiam decât puţină afecţiune, dar tu nu eşti interesat decât de sex!" Jocul „Scandalul", care urmează, poate sări peste faza preliminară a discutării comportamentelor lor recente şi ale rudelor, trecând direct la problema financiară.
Trebuie remarcat faptul că, în ciuda protestelor sale, soţul este, de obicei, la fel de speriat de intimitatea sexuală ca soţia, pe care a

ales-o cu mare grijă, astfel încât să reducă pericolul supralicitării potenţei sale tulburate, pentru care poate da acum vina pe ea.
în forma sa de zi cu zi, acest joc este practicat de femei nemăritate de diferite vârste, care, curând, sunt etichetate cu un termen argotic bine cunoscut. La ele se transformă adesea în jocul indignării sau în „Violul”.
Antiteza. Acesta este un joc periculos, iar posibilele antiteze sunt la fel de periculoase. Să-ţi iei o amantă este riscant. în faţa unei concurenţe atât de stimulatoare, soţia poate renunţa la joc şi poate încerca să înceapă o viaţă maritală normală, dar probabil că e prea târziu.
Pe de altă parte, ea poate folosi aventura, adesea cu ajutorul unui avocat, ca armă împotriva soţului într-un joc de tipul „Acum te-am prins, ticălosule!” Rezultatul este la fel de imprevizibil dacă soţul intră în psihoterapie şi ea nu. Jocul soţiei se poate prăbuşi pe măsură ce soţul devine mai puternic, conducând la mecanisme de reglare mai sănătoase; însă dacă ea este un jucător dur, progresele lui pot conduce la divorţ. Cea mai bună soluţie este ca ambele părţi să intre într-un grup de psihoterapie maritală tranzacţională, dacă se poate, loc unde pot ieşi la suprafaţă beneficiile ascunse ale jocului şi patologia sexuală fundamentală. După această pregătire, ambii soţi pot deveni interesaţi de psihoterapia individuală intensivă. Aceasta poate avea ca rezultat o recăsătorire psihologică între ei. Dacă nu, fiecare dintre părţi va putea, cel puţin, să se adapteze mai adecvat situaţiei decât ar fi făcut-o altfel.
Antiteza decentă pentru forma de zi cu zi a jocului este găsirea altui companion social. Unele dintre antitezele mai viclene sau mai brutale sunt corupte şi chiar criminale.
Jocuri înrudite. Jocul invers, „Bărbatul frigid”, este mai puţin obişnuit, însă are cam aceeaşi desfăşurare generală, cu câteva diferenţe de detaliu. Rezultatul final depinde de scenariile de viaţă ale părţilor implicate.

Elementul crucial al jocului „Femeia frigidă” este faza terminală a jocului „Scandalul”. Odată declanşat, intimitatea sexuală este scoasă din discuţie, de vreme ce ambele părţi obţin o satisfacţie perversă din „Scandalul” şi nu mai au nevoie de altă excitare sexuală din partea celuilalt. De aceea, cel mai important factor anti- „Femeia frigidă” este să refuzi „Scandalul”. Acest lucru o lasă pe soţie într-o stare de insatisfacţie sexuală care poate fi atât de acută, încât ea să devină mult mai docilă. Felul în care e folosit jocul „Scandalul” deosebeşte „Femeia frigidă” de „Bate-mă, iubirea mea”, unde „Scandalul” face parte din preludiu; în „Femeia frigidă”, „Scandalul” înlocuieşte însuşi actul sexual. Astfel, în „Bate- mă, iubirea mea”, „Scandalul” este o condiţie a actului sexual, un soi de fetiş care sporeşte excitaţia, în timp ce în „Femeia frigidă”, odată ce „Scandalul” s-a consumat, episodul este încheiat.
Un analog timpuriu al jocului „Femeia frigidă” este jucat de acel gen de fetiţă afectată descris de Dickens în Marile speranţe. Vine în rochiţa ei scrobită şi-i cere băieţelului să-i facă o plăcintă din noroi. Apoi se uită la mâinile şi la hainele lui murdare şi îi spune cât de curată este ea.

ANALIZĂ

Teza: „Acum te-am prins, ticălosule!” Scopul: Răzbunarea.
Rolurile: Sofia perfectă, Soţul lipsit de respect. Psihodinamica: Invidie de penis.

Exemple: (1) Mersi pentru plăcinta de noroi, mucos

murdar. (2) Soţia provocatoare, frigidă.

Paradigma socială: Părinte-Copil.

Părinte: „îţi dau permisiunea să-mi faci o plăcintă din

noroi (să mă săruţi)”.

Copil: „Mi-ar plăcea”.

Părinte: „Uite ce murdar eşti acum”.

Paradigma psihologică: „Copil-Părinte.

Copil: „Nu mă poţi seduce”.

Părinte: „O să încerc, dacă mă opreşti”.

Copil: „Vezi? Tu ai început”.

Mutările: (1) Seducţie-Răspuns. (2) Respingere-

Resemnare. (3) Provocare-Răspuns.

(4) Respingere-Scandal.

Beneficiile: Psihologic intern — eliberare de

sentimentul de vinovăţie pentru fantasmele sadice.
(2) Psihologic extern — evitarea expunerii şi penetrării, care înspăimântă. (3) Social intern — „Scandalul”.

(4) Social extern — Ce faci cu băieţeii (soţii) murdari

?(5) Biologic — sexualitate inhibată şi schimburi agresive. (6) Existenţial — Sunt pură.
4. TRACASATA
Teza. Acesta este jucat de gospodina casnică tracasată. Situaţia ei îi cere să fie eficientă în zece sau douăsprezece ocupaţii diferite; sau, altfel spus, să îndeplinească în mod strălucit zece sau

douăsprezece roluri diferite. Din când în când, în suplimentele de duminică apar, mai în glumă, mai în serios, liste cu aceste ocupaţii sau roluri: stăpâna casei, mamă, infirmieră, menajeră etc. Cum aceste roluri sunt conflictuale şi obositoare de obicei, impunerea lor duce, după mai mulţi ani, la apariţia bolii cunoscute simbolic sub numele de „genunchiul gospodinei” (dat fiind că genunchiul este folosit la legănat, frecat, ridicat, şofat şi aşa mai departe), ale cărei simptome sunt rezumate succint prin lamentarea: „Sunt obosită”.

Dacă gospodina este capabilă să-şi stabilească propriul ritm şi să găsească destulă satisfacţie în iubirea pentru soţul şi copiii ei, nu numai că-şi va duce la bun sfârşit cei 25 de ani de muncă, ci se va şi bucura de ei, suferind cumplit de singurătate după plecarea la facultate a ultimului copil. însă dacă, pe de o parte, ea este condusă de Părintele ei interior şi e trasă la răspundere de un soţ critic, pe care şi l-a ales exact în acest scop, iar pe de altă parte, nu reuşeşte să obţină suficientă satisfacţie din iubirea pentru familia ei, atunci poate deveni din ce în ce mai nefericită. La început poate
încerca să se consoleze cu beneficiile obţinute din
jocurile „Dacă n-ai fi fost tu” şi „Cusurgiul” (într-adevăr, orice gospodină poate recurge la ele când lucrurile merg
prost), însă curând acestea n-o mai ajută să continue. După aceea trebuie să găsească o altă modalitate de scăpare şi aceasta este jocul „Tracasata”.

Teza acestui joc este simplă. Preia toate corvezile şi chiar cere unele în plus. Este de acord cu criticile soţului şi acceptă pretenţiile copiilor. Dacă trebuie să întreţină atmosfera la o cină festivă, ea simte că trebuie să fie impecabilă ca partener de conversaţie, ca stăpână a casei şi a servitorilor, ca decorator de interioare, ca furnizor al hranei, ca frumuseţe orbitoare, ca regină virginală şi ca diplomat; dar mai mult decât atât, în dimineaţa aceea se va şi oferi voluntar să facă o prăjitură şi să-i ducă pe

copii la dentist. Dacă se simte deja tracasată, îşi face ziua şi mai aglomerată. Apoi, la mijlocul amiezii, se prăbuşeşte, cum era de aşteptat, şi nu mai face nimic, îşi lasă baltă soţul, copiii şi invitaţii lor, iar la nefericirea ei se adaugă şi propriile reproşuri. După ce situaţia se repetă de două sau trei ori, căsnicia este în pericol, copiii sunt derutaţi, ea slăbeşte, părul îi este neîngrijit, e trasă la faţă şi poartă pantofi scâlciaţi. Apoi apare la uşa psihiatrului, pregătită să fie internată.
Antiteza. Antiteza logică este simplă: doamna Alb îşi poate îndeplini fiecare rol pe rând pe parcursul săptămânii, dar trebuie să refuze să joace două sau mai multe roluri în acelaşi timp. Când dă o petrecere, de pildă, poate fi ori furnizorul hranei, ori asistenta medicală, dar nu amândouă. Dacă suferă doar de „genunchiul gospodinei", poate fi capabilă să se limiteze singură în felul acesta.
însă dacă ea joacă „Tracasata", îi va fi foarte greu să refuze mai multe roluri odată. în acest caz, soţul este ales foarte atent; el este un bărbat foarte rezonabil altfel, dar care-şi va critica soţia când nu este la fel de eficientă cum crede el că era mama lui. De fapt, ea se contopeşte cu mama din fantasma lui, aşa cum s-a păstrat aceasta în
Părintele lui, care este similară cu fantasma ei despre propria mamă sau bunică. Găsind un partener potrivit, Copilul ei se poate instala acum în rolul de persoană tracasată, rol necesar menţinerii echilibrului ei psihic şi la care nu va renunţa cu uşurinţă. Cu cât soţul are mai multe responsabilităţi profesionale, cu atât este mai uşor pentru amândoi să găsească motive Adulte pentru păstrarea aspectelor nesănătoase ale relaţiei lor.
Când poziţia nu mai poate fi susţinută, adesea în urma intervenţiei oficiale a şcolii în numele copilului nefericit, atunci este chemat psihiatrul pentru a transforma jocul în unul la trei mâini. Fie soţul vrea ca el să-i consulte soţia, fie soţia îl vrea ca aliat împotriva soţului. Ceea ce urmează depinde de talentul şi de atenţia

psihiatrului sau psihoterapeutului. De obicei, prima fază este ameliorarea depresiei soţiei şi aceasta decurge uşor. A doua fază este decisivă: cea în care ea va renunţa să mai joace „Tracasata” şi va începe să joace „Psihiatria”. Această fază tinde să stârnească o opoziţie tot mai mare din partea ambilor soţi. Uneori acest lucru este bine ascuns, pentru ca ulterior să explodeze brusc, deşi deloc neaşteptat. Dacă acest stadiu este depăşit, atunci poate începe adevărata muncă de analiză a jocului.

Trebuie să recunoaştem că adevăratul vinovat este Părintele soţiei, mama sau bunica ei; soţul este, până la un punct, doar o figură oarecare, aleasă ca să-şi joace rolul în joc. Terapeutul nu trebuie să se lupte doar cu Părintele soţiei şi cu soţul, care s-a implicat foarte mult în rolul său, ci trebuie să contracareze şi mediul social care încurajează complianţa soţiei. La o săptămână după apariţia articolului despre numeroasele roluri ale gospodinei, în cadrul rubricii Cum mă descurc? a suplimentului de duminică este publicat un test cu zece întrebări, destinat să determine „cât de bună gazdă
(soţie) (mamă) (menajeră) (contabilă) eşti”. Pentru gospodina care joacă „Tracasata”, este echivalentul foii cu regulamentul din cutia unui joc pentru copii. 0 poate ajuta să accelereze evoluţia jocului „Tracasata”, care, dacă scapă de sub control, poate sfârşi în jocul „Spitalul de stat” („Ultimul lucru pe care mi-l doresc este să fiu trimisă la spital”).

Una din dificultăţile practice cu acest gen de cupluri este faptul că soţul tinde să evite o implicare personală în tratament dincolo de jocul „Uite cât de mult încerc”, pentru că, de regulă, este mult mai dezechilibrat decât e dispus să recunoască. în schimb, îi poate trimite mesaje indirecte psihoterapeutului, prin izbucnirile temperamentale pe care ştie că soţia le va povesti. Prin urmare, „Tracasata” poate evolua cu uşurinţă către un joc de gradul trei pe viaţă şi pe moarte, sub forma bătăliei divorţului. Psihiatrul este aproape singur de partea vieţii, fiind ajutat doar de Adultul

tracasat al pacientei, care este blocat în lupta potenţial letală împotriva tuturor celor trei aspecte ale soţului, aliate cu propriii ei Părinte şi Copil interiori. Este o bătălie dramatică, cu şanse de doi la cinci, care pune la grea încercare abilităţile terapeutului profesionist, care nu vrea să intre în niciun joc. Dacă îl apucă frica, poate alege calea uşoară a retragerii, lăsându-şi pacienta pe altarul procesului de divorţ, ceea ce echivalează cu a spune: „Mă predau — Hai, bateţi-vă".

5. DACĂ N-AI FI FOST TU

Teza. Analiza detaliată a acestui joc a fost făcută deja în capitolul 5. în ordinea prezentării mele, a fost al doilea joc discutat, după „De ce nu-Da, dar", care
iniţial părea doar un fenomen interesant. După prezentarea jocului „Dacă n-ai fi fost tu" a devenit clar că trebuie să existe un întreg domeniu al acţiunii sociale bazat pe tranzacţii ascunse. Acest lucru a condus la o cercetare mai activă a unor asemenea situaţii, iar „tezaurul" de faţă este unul dintre rezultate.

Pe scurt, o femeie se mărită cu un bărbat dominant pentru ca el să-i limiteze activităţile şi astfel s-o împiedice să ajungă într-o situaţie care o înspăimântă. Dacă ar fi fost o simplă operaţiune, ea şi-ar fi putut exprima recunoştinţa atunci când el i-ar fi făcut acest serviciu. Dar în jocul „DNFFT", reacţia ei este chiar opusă: ea profită de situaţie pentru a se plânge de limitări, ceea ce îl face pe soţ să se simtă prost, iar ei îi aduce tot felul de beneficii. Acest joc este beneficiul social intern. Beneficiul social extern este discuţia pentru trecerea timpului derivată „Dacă n-ar fi fost el", pe care o joacă împreună cu prietenele ei apropiate.

6. UITE CÂT DE MULT AM ÎNCERCAT

Teza. în forma sa clinică obişnuită, este un joc la trei mâini, practicat de un cuplu căsătorit şi un psihiatru (psihoterapeut). Soţul (de obicei) are de gând să divorţeze, deşi susţine zgomotos contrariul, în timp ce soţia este mai sinceră în dorinţa de a continua mariajul. El vine la terapeut împotriva voinţei sale şi

vorbeşte doar atât cât să-i demonstreze soţiei că este cooperant; de obicei, joacă o formă moderată de „Psihiatrie” sau „Tribunal”. Pe măsură ce trece timpul, fie are o atitudine de pseudoconformare tot mai iritată faţă de terapeut, fie îl contrazice agresiv. Acasă se arată iniţial mai „înţelegător” şi mai reţinut, dar în final se comportă mai

rău decât oricând. După una, cinci sau zece şedinţe, în

funcţie de măiestria terapeutului, el refuză să mai vină, i

preferând să se ducă la vânătoare sau la pescuit. După

aceea, soţia este silită să intenteze divorţul. Acum soţul

nu are nicio vină, de vreme ce soţia sa a luat iniţiativa,

iar el şi-a demonstrat bunăvoinţa mergând la terapeut.
Acum el este în poziţia să poată spune oricărui avocat, judecător, prieten sau rudă: „Uite cât de mult am
încercat!”
Antiteza. Cuplul vine în terapie împreună. Dacă unul dintre ei — să zicem, soţul —joacă în mod clar acest joc, celălalt este luat în tratament individual, iar jucătorul este lăsat să plece, cu justificarea validă că este mai puţin pregătit pentru terapie. Tot poate divorţa, dar cu preţul abandonării poziţiei că el chiar a încercat. Dacă este necesar, soţia poate iniţia divorţul, iar poziţia ei este mult mai bună, de vreme ce ea chiar a încercat.
Rezultatul favorabil sperat este acela că soţul, după întreruperea jocului său, va cădea într-o stare de disperare şi va căuta tratament în altă parte, dar având o motivaţie autentică de data asta.
în forma sa de zi cu zi, acest joc este uşor de observat la copii, care- 1 joacă la două mâini cu unul dintre părinţi.

Poate fi jucat doar din două poziţii: „Sunt neajutorat” sau „Sunt nevinovat”. Copilul încearcă, dar face treabă de mântuială sau nu-i iese nimic. Dacă este Neajutorat, părintele trebuie să facă treaba în locul lui. Dacă este Nevinovat, părintele nu are niciun motiv să- l pedepsească. Astfel sunt dezvăluite elementele jocului.
Părinţii ar trebui să afle două lucruri: care dintre ei l-a învăţat acest joc pe copil şi ce fac ei pentru a-l continua.
O variantă interesantă, deşi uneori sinistră, este „Uite cât m-am tot străduit”, de obicei mai dur, de gradul doi sau trei. El poate fi ilustrat prin cazul bărbatului cu ulcer gastric care munceşte din greu. Există mulţi oameni cu
boli fizice aflate în dezvoltare şi care dau tot ce pot pentru a face faţă situaţiei, şi care pot apela în mod legitim la ajutorul familiilor lor. însă asemenea boli pot fi exploatate şi în scopuri ascunse.
Jocul de gradul întâi: un bărbat îşi anunţă familia şi prietenii că are ulcer. Le mai spune şi că va continua să muncească. Acest lucru le stârneşte admiraţia. Poate că o persoană cu o boală dureroasă şi neplăcută are dreptul să facă puţin caz de ea, ca o slabă compensaţie pentru suferinţa sa. Ar trebui să i se recunoască meritul că nu joacă „Picior de lemn” şi merită o oarecare recompensă pentru decizia de a continua să-şi asume responsabilităţile. într-un asemenea caz, replica politicoasă la „Uite cât m-am tot străduit” este „Da, te admirăm cu toţii pentru caracterul integru şi conştiinciozitatea ta”.
Jocul de gradul doi: unui bărbat i se spune că are ulcer, dar ţine acest lucru secret faţă de soţie şi prieteni. Continuă să muncească şi să-şi facă griji la fel de mult ca întotdeauna, iar într-o zi se prăbuşeşte la serviciu. Când este anunţată soţia, ea primeşte instantaneu şi mesajul: „Uite cât m-am tot străduit”. Acum ar trebui să-l aprecieze mai mult decât oricând şi să-i pară rău pentru toate lucrurile rele pe care i le-a spus sau i le-a făcut în trecut. Pe scurt, ea ar trebui să-l iubească acum, după ce toate metodele anterioare de a-i câştiga simpatia au eşuat. Din nefericire pentru

soţ, manifestările ei de afecţiune şi solicitudine din acest moment sunt motivate mai degrabă de sentimentul de vinovăţie decât de dragoste. Probabil că în adâncul ei îi poartă pică, fiindcă a folosit un mijloc incorect de a o constrânge şi a profitat de ea ţinându-şi secretă boala. Pe scurt, o brăţară cu diamante este un instrument mult mai cinstit de curtare a unei femei decât un stomac perforat. Aşa, ea ar avea opţiunea să-i azvârle înapoi brăţara, pe când ulcerul nu-l poate refuza într-un mod decent. Confruntarea dintr-odată cu o boală gravă o face să se simtă mai degrabă prinsă într-o capcană decât cucerită.

Adesea, acest joc poate fi descoperit imediat după ce pacientul află că este posibil să sufere de o boală cronică. Dacă va intenţiona să iniţieze jocul, în acel moment îi va trece prin minte întregul plan, care va putea fi refăcut apoi după o atentă evaluare a contextului psihologic. Ceea ce va ieşi la iveală va fi bucuria maliţioasă secretă a Copilului lui la aflarea veştii că dispune de o asemenea armă, mascată de preocupările Adultului său privind problemele practice puse de boala sa.

Jocul de gradul trei: mai sinistră şi diabolică este sinuciderea bruscă şi neanunţată din cauza unei boli grave. Ulcerul se transformă în cancer, iar soţia, care nu lusese niciodată informată că este vorba de ceva grav, intră într-o zi în baie şi îşi găseşte soţul mort. Biletul de adio spune clar: „Uite cât de mult m-am tot străduit”. Dacă acest lucru i se întâmplă de două ori aceleiaşi femei, este timpul ca ea să afle în ce joc intrase ea însăşi.

ANALIZĂ

Teza: „Nu mă tratează ei pe mine ca pe un nimic”. Scopul: Răzbunare.

Rolurile: Omul de nădejde, Persecutorul, Autoritatea.

Psihodinamica: Pasivitate anală.

Exemple: (1) îmbrăcarea copilului, (2) Soţul care are

de gând să divorţeze.

Paradigma socială: Adult-Adult.

Adult: „E timpul să (te îmbraci) (să mergi l
apsihiatru)”.

Adult: „Bine, o să încerc”

.Paradigma psihologică: Părinte-Copil.

Părinte: „O să te fac eu să (te îmbraci) (te duci la psihiatru)”.

Copil: „Vezi? Nu merge”.

Mutările: (1) Sugestie-Rezistenţă. (2) Presiune-Conformare. (3) Aprobare-Eşec.
Beneficiile: (1) Psihologic intern — eliberarea de sentimentul de vinovăţie pentru agresivitatea lăuntrică. (2) Psihologic extern — eludează responsabilităţile domestice. (3) Social intern — Uite cât de mult am încercat. (4) Social extern — acelaşi. (5) Biologic — schimburi agresive. (6) Existenţial — Sunt neajutorat (nevinovat).
7. IUBIŢICA
Teza. Forma sa culminantă poate fi remarcată în primele etape ale terapiei maritale de grup, când părţile sunt defensive; jocul poate fi observat şi în unele ocazii sociale. Albul face o remarcă subtilă nemăgulitoare la adresa doamnei Alb, deghizată sub forma unei glume, după care încheie: „Nu-i aşa, iubiţica?” Doamna Alb tinde să fie de acord din două motive aparent Adulte:
(a) pentru că gluma este bine spusă, iar un dezacord în privinţa a ceea ce e prezentat ca detaliu periferic (dar care, de fapt, este elementul esenţial al tranzacţiei) ar face-o să pară cusurgie, (b) fiindcă ar părea ursuză dacă n-ar fi de acord cu un bărbat care-i

spune „iubiţica” în public. însă motivaţia psihologică pentru acordul ei este poziţia sa depresivă. S-a măritat cu el tocmai pentru că ştia că-i va face acest serviciu: îi va expune defectele, salvând-o astfel de jena de a o face ea singură. Părinţii ei s-au purtat aşa cu ea de mică.
După „Tribunalul”, acesta este jocul cel mai frecvent jucat în grupurile de terapie maritală. Cu cât este mai tensionată situaţia şi cu cât jocul e mai aproape de a se da de gol, cu atât este rostit mai amar termenul „iubiţico”, până când resentimentul ascuns devine evident. La o examinare atentă se poate vedea că acest joc este înrudit cu „Neîndemânaticul”, de vreme ce mutarea semnificativă este iertarea implicită a doamnei Alb pentru resentimentul domnului Alb, pe care ea încearcă din greu să nu-l conştientizeze. Prin urmare, anti-”lubiţica” se joacă analog lui anti-„Neîndemânaticul”: „Poţi face glume nemăgulitoare la adresa mea, dar, te rog, nu mă lua cu «iubiţico»„. Această antiteză comportă aceleaşi pericole ca şi anti-”Neîndemânaticul”.
O antiteză mai sofisticată şi mai puţin periculoasă este să răspunzi: „Da, scumpete'.”
într-o altă formă a jocului, în loc să fie de acord, soţia răspunde cu o glumă similară despre soţ, spunându-i de fapt: „Ei lasă, că nici cu tine nu mi-e ruşine, drăguţule”.

Uneori, cuvintele de alint nu sunt pronunţate cu voce tare, dar un ascultător atent le poate auzi chiar şi atunci când nu sunt rostite. Acesta este tipul silenţios al jocului „lubiţica”

.JOCURI DE PETRECERE
Petrecerile sunt făcute pentru discuţii de trecere a timpului, iar discuţiile pentru trecerea timpului sunt făcute pentru a servi la

petreceri (inclusiv în perioada de dinaintea începerii oficiale a unei întâlniri întruniri). Dar pe măsură ce oamenii se cunosc mai bine, încep să apară jocurile. Neîndemânaticul şi victima lui se recunosc unul pe celălalt, la fel cum fac şi „Tătucul" şi „Sărmanul de mine"; treptat încep să se desfăşoare toate acele procese de alegere familiare, dar trecute cu vederea. în această secţiune sunt analizate patru jocuri practicate în mod tipic în situaţiile sociale obişnuite: „Nu-i aşa că e îngrozitor?", „Cusurgiul", „Neîndemânaticul" („Schlemiel") şi „De ce nu-Da, dar".

1. NU-I AŞA CĂ E ÎNGROZITOR?

Teza. Acesta e jucat în patru forme semnificative: discuţii Parentale pentru trecerea timpului, discuţii Adulte pentru trecerea timpului, discuţii pentru trecerea
timpului purtate din Copil. în discuţiile pentru trecerea timpului nu există deznodământ sau răsplată, ci mai degrabă un sentiment de lipsă de valoare.

1. „în ziua de azi" este o discuţie pentru trecerea timpului Parentală prezumţioasă, punitivă sau chiar plină de răutate. Sociologic, este practicată în mod obişnuit de un anumit gen de femei de vârstă mijlocie, care au mici venituri independente. O asemenea femeie N- a retras dintr-un grup de terapie când mutarea ei de deschidere a fost întâmpinată cu tăcere, în locul aprobării entuziaste cu care era obişnuită în propriul cerc social. în acest grup mai avansat, obişnuit cu analiza jocurilor, s-a remarcat o izbitoare lipsă de solidaritate când Albul a spus: „Apropo de lipsa de încredere în oameni, nu e de mirare că în ziua de azi nu mai poţi avea încredere în nimeni. Căutam prin biroul unuia dintre chiriaşii mei şi n-o să vă vină să credeţi ce am găsit". Ea cunoştea răspunsurile la majoritatea problemelor curente ale comunităţii: delincvenţa juvenilă (părinţii sunt prea îngăduitori în ziua de azi); divorţul (nevestele au prea puţine de făcut ca să-şi umple timpul în ziua de azi); criminalitatea (străinii se mută în cartierele albilor

în ziua de azi); creşterea preţurilor (oamenii de afaceri sunt prea lacomi în ziua de azi).
A spus foarte clar că ea n-a fost deloc îngăduitoare cu fiul ei delincvent şi nici cu chiriaşii ei delincvenţi.
„în ziua de azi" se deosebeşte de bârfa nefondată prin Nloganul său „Nu-i de mirare". Mutarea de deschidere poate fi aceeaşi („Se spune că Flossie Murgatroyd..."), dar „în ziua de azi" are direcţie şi încheiere şi poate oferi o „explicaţie". Bârfa nefondată circulă doar la întâmplare sau dispare.

2. „Jupuiala" este o variantă Adultă mai binevoitoare, cu sloganul „Ce păcat!", deşi motivaţiile subiacente sunt la fel de morbide. „Jupuiala" are ca subiect principa

lsângerarea; fiind, în esenţă, un colocviu clinic informai. Oricine poate prezenta un caz; cu cât acesta e mai înfiorător, cu atât mai bine; iar detaliile sunt sorbite cu nesaţ. Loviturile în faţă, operaţiile abdominale şi naşterile dificile sunt subiecte acceptate. Aici, diferenţa faţă de bârfa nefondată constă în competiţia şi rafinamentul chirurgical. Sunt urmărite sistematic anatomia patologică, diagnosticul, pronosticul şi studiile de caz comparate. Un pronostic bun este acceptat în bârfa nefondată, dar în „Jupuiala", o perspectivă plină de speranţă, dacă nu este evident nesinceră, poate duce la convocarea unei şedinţe secrete a comisiei de acreditare, pentru că jucătorul este non particeps criminis, nu mai vrea să fie „complice".
3. „Răcitorul de apă" sau „Pauza de cafea" este o discuţie pentru trecerea timpului din Copil, cu sloganul „Uite ce ne fac ei acum". Aceasta este o variantă organizaţională. După lăsarea

întunericului poate fi jucată în forma politică sau economică moderată
numită „Scaunul de bar”. Da fapt, este un joc la trei mâini, asul fiind la personajul din umbră numit „ei”.
4. Ca joc, „Nu-i aşa că-i îngrozitor?” îşi găseşte expresia cea mai dramatică la dependenţă de operaţii chirurgicale, iar tranzacţiile lor îi ilustrează caracteristicile. Aceştia sunt oamenii care aleargă după doctori, care îşi doresc să fie operaţi chiar dacă acest lucru este contraindicat medical. Experienţa în sine, spitalizarea şi operaţia chirurgicală au beneficiile lor. Beneficiul psihologic intern vine din faptul că trupul este mutilat; beneficiul psihologic extern constă în evitarea oricărui tip de intimitate şi responsabilitate, cu excepţia capitulării totale în faţa chirurgului. Beneficiile biologice vin din îngrijirea oferită de asistente. Beneficiile sociale interne vin de la personalul medical şi de îngrijire, precum şi de la alţi pacienţi. După
externarea pacientului, beneficiile sociale externe sunt obţinute prin provocarea compasiunii şi stupefacţiei. în forma sa extremă, este jucat în mod profesionist de către reclamanţii frauduloşi sau nu de malpraxis, care îşi pot câştiga traiul îmbolnăvindu-se în mod deliberat atunci când se iveşte ocazia. După aceea, nu pretind doar compasiune, cum fac amatorii jocului, ci vor şi despăgubiri. Prin urmare, „Nu-i aşa că-i îngrozitor?” devine joc atunci când jucătorul îşi exprimă suferinţa în mod deschis, dar este gratificat în secret la gândul satisfacţiilor pe care le poate obţine din ghinionul lui.
în general, oamenii care suferă pot fi împărţiţi în trei categorii.
1. Cei pentru care suferinţa este accidentală şi nedorită. Ei pot profita sau nu de compasiunea ce li se oferă cu atâta uşurinţă. Este totuşi natural să profite puţin de ea şi, de aceea, pot fi trataţi cu atenţia obişnuită.
2. Cei pentru care suferinţa este accidentală, dar este primită cu recunoştinţă datorită oportunităţilor de exploatare pe care le

oferă. Aici jocul apare ulterior, este un „beneficiu secundar” în sensul freudian.

3. Cei care caută suferinţa, cum ar fi dependenţii de operaţii chirurgicale, care trec de la un chirurg la altul până găsesc unul dispus să-i opereze. Aici jocul este preocuparea principală.

2. CUSURGIUL

Teza. Acest joc este sursa unui mare număr dintre micile neînţelegeri de zi cu zi; este jucat din poziţia Copilului deprimat „Eu nu valorez nimic”, care s-a transformat defensiv în poziţia Parentală „Ei nu valorează nimic”. Prin urmare, problema tranzacţională a jucătorului este să dovedească cea de-a doua teză. De aceea, jucătorii de-a „Cusurgiul” nu se simt confortabil cu o nouă persoană până nu-i găsesc un defect. în forma sa cea mai dură, poate deveni un joc politic totalitarist, jucat de personalităţi „autoritare”, caz în care poate avea repercusiuni istorice foarte grave. Aici, relaţia strânsă cu „în ziua de azi” este evidentă. în cercurile mai răsărite, confirmarea pozitivă este obţinută jucând „Cum să mă descurc?”, în timp ce „Cusurgiul” oferă o confirmare negativă. O analiză parţială va clarifica mai mult unele elemente ale acestui joc.

Premisa poate fi de la cea mai banală şi lipsită de importanţă („Poartă pălăria de anul trecut”) până la una mai degrabă cinică („N- avea 7 000 de dolari în bancă”), sinistră („Nu e arian 100%”), ezoterică („Nu l-a citit pe Rilke”), intimă („Nu-şi poate menţine erecţia”) sau aluzivă („Ce încearcă el să dovedească?”). Din punct de vedere psihodinamic, se bazează de regulă pe nesiguranţa sexuală, iar scopul său este obţinerea unei confirmări. Din punct de vedere tranzacţional, avem indiscreţie, curiozitate morbidă sau monitorizare, existând uneori o preocupare Parentală sau Adultă care maschează cu mărinimie poftele Copilului. Acest joc are beneficiul psihologic intern de a ţine depresia la distanţă şi beneficiul psihologic extern de a evita intimitatea care ar putea expune propriile defecte ale Albului. Albul se simte îndreptăţit să

întoarcă spatele unei femei demodate, unui bărbat fără bani, unui om care nu este arian, unui analfabet, unui impotent sau unei personalităţi nesigure. în acelaşi timp, indiscreţia oferă o anumită acţiune socială internă cu beneficii biologice. Beneficiul social extern face parte din familia „Nu-i aşa că-i îngrozitor?" de tip „Vecinătate".

Un ait aspect interesant este faptul că Albul îşi alege premisa independent de capacitatea sa intelectuală sau de subtilitatea sa. Astfel, un bărbat care a deţinut poziţii de răspundere în ministerul afacerilor externe al ţării sale a spus în faţa unui public că o altă ţară era inferioară pentru că, printre altele, bărbaţii de acolo purtau haine cu mâneci prea lungi. în starea eului de Adult, acest bărbat era chiar competent. Doar când intra în jocuri Parentale precum „Cusurgiul" făcea asemenea afirmaţii ¡relevante.

3. NEÎNDEMÂNATICUL (SCHLEMIEL)

Teza. Termenul schlemiel nu se referă la eroul romanului lui Chamisso*, care era un om fără umbră, ci la un popular cuvânt din idiş, înrudit cu termenul german şi olandez pentru viclean. Victima acestui Neîndemânatic (Schlemiel), de genul „Băiatului de treabă" al lui Paul de Kock", este numită colocvial „Schlemazl". Mutările dintr- un joc de tipul „Neîndemânaticul" sunt următoarele:

IA. Albul varsă un pahar de băutură pe rochia de seară a soţiei gazdei.

IN. Prima reacţie a Negrului (gazda) este să se înfurie, dar el simte cumva (adesea doar vag) că, dacă o arată, Albul câştigă. Ca urmare, Negrul se stăpâneşte, iar acest lucru îi oferă iluzia că el câştigă.

2A. Albul spune: „îmi pare rău".

' Voii Chamisso, Adelbert, Extraordinara poveste a lui Peter Schlemihl,
E.S.p.L.A., Bucureşti, 1956.

„ De Kock, Paul. Una dintre cele mai populare cărţi ale acestui libretist şi romancier al secolului al XIX-lea este Un bon enfant, despre un om care dăruieşte prea mult.
2N. Negrul mormăie sau îi spune cu glas tare că-l iartă, întărindu-şi astfel iluzia că el câştigă.
3A. Apoi Albul începe să aducă alte pagube proprietăţii Negrului. Sparge obiecte, varsă lucruri, face tot felul de necazuri. După ce arde faţa de masă cu ţigara, sfâşie perdeaua de dantelă cu piciorul scaunului şi pătează covorul cu sos, Copilul Albului este plin de veselie căci s-a distrat de minune făcând toate aceste lucruri pentru care a fost iertat. în acest timp, Negrul a afişat un autocontrol gratificam al suferinţei. Astfel, amândoi profită dintr-o situaţie nefericită, iar Negrul nu este neapărat dornic să pună capăt prieteniei.
Ca în majoritatea jocurilor, Albul, care face prima mutare, învinge oricum. Dacă Negrul îşi arată furia, Albul se poate simţi justificat să-i răspundă cu acelaşi resentiment. Dacă Negrul se abţine, Albul poate continua să se bucure de oportunitate. însă adevărata răsplată în acest joc nu este plăcerea distructivităţii, care este doar un bonus pentru Alb, ci faptul că el obţine iertarea'.
Antiteza. în anti-”Neîndemânaticul” nu se oferă iertarea cerută. După ce Albul spune „îmi pare rău”, Negrul, în loc să mormăie „E în regulă”, spune „în seara asta poţi să-mi deranjezi soţia, poţi distruge mobila şi păta covorul, dar, te rog, nu-mi spune că-ţi pare rău”. Aici Negrul trece din Părinte iertător în Adult obiectiv care-şi asumă întreaga responsabilitate de a-l fi invitat pe Alb la petrecere.
Intensitatea jocului Albului va fi dezvăluită de reacţia lui, care poate fi de-a dreptul explozivă. Cel care joacă anti-”Neîndemânaticul” îşi asumă riscul unor represalii imediate sau, în orice caz, al creării unui duşman.

Exemplele date pentru acest joc şi următorul („De ce nu-Da, dar”) le urmează pe cele date anterior de autor în Analiza tranzacţională în psihoterapie, Trei, Bucureşti, 2011.
Copiii joacă o formă nereuşită de „Neîndemânatic”, în care nu sunt întotdeauna siguri de iertare, dar măcar au plăcerea de a face necazuri; însă, pe măsură ce învaţă să se comporte adecvat în plan social, pot profita de abilităţile lor sporite pentru a obţine iertarea, care este scopul principal al jocului practicat în cercurile sociale politicoase ale adulţilor.

ANALIZĂ

Teza: „Pot fi distructiv şi să fiu totuşi iertat”. Scopul: Iertarea.

Rolurile: Agresor, Victimă (în termeni colocviali,

Schlemiel şi Schlemazl).

Psihodinamica: Agresivitate anală.

Exemple: (1) Copii distructivi, care fac necazuri.

(2) Oaspetele neîndemânatic.

Paradigma socială: Adult-Adult.

Adult: „De vreme ce eu sunt politicos, trebuie să fii şi

tu politicos”.

Adult: „E în regulă. Te iert”. Paradigma psihologică: Copil-Părinte.

Copil: „Trebuie să ierţi lucrurile care se întâmplă din greşeală”.
Părinte: „Ai dreptate. Trebuie să-ţi arăt ce înseamnă bunele maniere”.

Mutările: (1) Provocare-resentiment.
(2) Scuze-iertare.
Beneficiile: (1) Psihologic intern — plăcerea de a face necazuri. (2) Psihologic extern — evitarea pedepsei.

Social intern — „Neîndemânaticul”. (4) Social extern — „Neîndemânaticul”. (5) Biologic — stimul

i(strokes) provocatori şi blânzi. (6) Existenţial — N-am nicio vină.

4. DE CE NU-DA, DAR

Teza. „De ce nu-Da, dar” („DCNDD”) ocupă un loc special în analiza jocurilor, întrucât a constituit primul imbold pentru conceptualizarea jocurilor. A fost primul joc decupat din contextul său social şi, cum este cel mai vechi subiect al unei analize a jocurilor, este unul dintre cel mai bine înţelese jocuri. De asemenea, este şi cel mai frecvent jucat la petreceri şi în tot felul de grupuri, inclusiv în grupurile de psihoterapie. Următorul exemplu va ilustra principalele sale caracteristici:
Albul: „Soţul meu insistă să facă el însuşi reparaţiile în casă şi nu face niciodată nimic bine”.

Negrul: „De ce nu face atunci un curs de tâmplărie?”

Albul: „Da, dar nu are timp”.

Albastrul: „De ce nu-i cumperi nişte unelte bune?”

Albul: „Da, dar nu ştie cum să le folosească”.

Roşul: „De ce nu-ţi repari casa cu un tâmplar de meserie?”

Albul: „Da, dar ar costa prea mult”.

Brunul: „De ce nu accepţi ceea ce face aşa cum face?”

Albul: „Da, dar s-ar putea prăbuşi totul”.

De regulă, un asemenea schimb este urmat de un moment de tăcere. Aceasta este întreruptă, în cele din urmă, de Verde, care poate spune ceva de genul „Aşa sunt bărbaţii, încearcă întotdeauna să demonstreze cât de eficienţi sunt ei”.

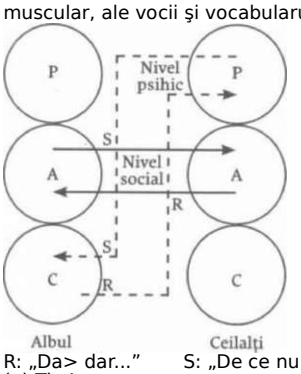
„DCNDD” poate fi jucat în oricâţi jucători. Agentul prezintă o problemă. Ceilalţi încep să prezinte soluţii, fiecare începând cu „De ce nu...?” Albul răspunde fiecăruia prin obiecţia „Da, dar...” Un jucător bun le poate rezista celorlalţi la nesfârşit, până când renunţă cu toţii, moment în care Albul câştigă. De multe ori, persoana Albului poate fi nevoită să facă faţă unei duzini de soluţii sau chiar mai multor soluţii, pentru a ajunge la liniştea descurajantă ce îi semnalează victoria şi lasă terenul liber pentru următorul joc, din paradigma anterioară: Verdele trece la jocul „APP” de tip „Soţul delincvent”.

întrucât, cu rare excepţii, soluţiile sunt respinse, este dar că acest joc trebuie să aibă un scop ascuns.

„DCNDD” nu este jucat pentru scopul său vizibil (un Aii uit caută informaţii sau soluţii), ci pentru confirmarea şi gratificarea Copilului, într-o transcriere »eaeă poate suna a Adult, dar în forma sa vie se poate observa că Albul se prezintă pe sine drept un Copil neştiutor, ce nu se descurcă într-o situaţie; ca atare, ceilalţi se transformă în Părinţii înţelepţi, dornici să-şi împărtăşească ştiinţa în beneficiul persoanei Albului.

Acest lucru este ilustrat în figura 8. Jocul poate continua pentru că, la nivel social, atât stimulul, cât şi I ăspunsul sunt de la Adult la Adult, iar la nivel psihic tranzacţiile sunt tot complementare, cu un stimul Părinte-Copil („De ce nu...”) care solicită un răspuns Copil-Părinte („Da, dar...”). De regulă, nivelul psihic cNtc inconştient pentru ambele părţi, dar trecerile de la o stare a eului la alta (din

Adult în Copil „neştiutor” în cazul Albului, şi din Adult în Părinte „înţelept”, în cazul celorlalţi) pot fi adesea detectate de un observator atent, din schimbările poziţiei corporale, ale tonusului muscular, ale vocii şi vocabularului.



R: „Da> dar...” S: „De ce nu...”
(a) Tip I

De ce nu-Da, dar. Figura 8

Pentru a ilustra implicaţiile, este util să urmărim continuarea situaţiei din exemplul dat mai sus.
Terapeutul: „Ţi-a sugerat cineva ceva la care tu să nu te fi gândit deja?”
Albul: „Nu. De fapt, am şi încercat majoritatea lucrurilor pe care mi le-au sugerat, l-am cumpărat soţului meu nişte unelte, iar el chiar a urmat un curs de tâmplărie”.
Aici, Albul demonstrează două din motivele pentru care situaţia nu trebuie judecată după aparenţe. Primul este că în majoritatea cazurilor Albul este la fel de inteligent precum ceilalţi, şi este foarte

puţin probabil ca ceilalţi să-i sugereze vreo soluţie la care el să nu se fi gândit. Dacă se întâmplă să vină cineva cu o sugestie originală, Albul o va accepta recunoscător, dacă joacă cinstit, cu alte cuvinte, Copilul său „neştiutor” cedează
dacă cineva dintre cei prezenţi îi înfăţişează o idee suficient de ingenioasă încât să-i stimuleze Adultul.
Însă jucătorii constanţi de „DCNDD”, cum este Albul de mai sus, joacă cinstit foarte rar. Pe de altă parte, o acceptare cu prea mare uşurinţă a sugestiilor naşte întrebarea dacă nu cumva „DCNDD” maschează alt joc subiacent: „Prostul”.
Exemplul dat este deosebit de grăitor, pentru că Ilustrează cu claritate a doua variantă. Chiar dacă persoana Albului a încercat în mod concret unele dintre soluţiile prezentate, ea tot va obiecta la ele. Scopul acestui Joc nu este obţinerea soluţiilor, ci respingerea lor.
Deşi în anumite situaţii aproape oricine practică acest joc datorită valorii sale de structurare a timpului, un studiu atent al indivizilor care îl preferă în mod special dezvăluie câteva trăsături interesante. în primul rând, în mod caracteristic, ei pot şi vor juca la fel de uşor oricare dintre rolurile jocului. Această flexibilitate este valabilă în cazul tuturor jocurilor. Jucătorii pot prefera, din obişnuinţă, unul dintre roluri, dar sunt capabili să Ic schimbe şi sunt dispuşi să joace oricare dintre roluri dacă este nevoie, din diferite motive. (Comparaţi, de pildă, trecerea de la băutor la Salvator în jocul „Alcoolicul”.)
în al doilea rând, în practica clinică s-a descoperit că cei ce preferă „DCNDD” aparţin clasei pacienţilor care, în cele din urmă, cer o hipnoză sau vreun fel de injecţie hipnotică, pentru grăbirea tratamentului lor. Când joacă acest joc, obiectivul lor este să demonstreze că nimeni nu le poate oferi o sugestie acceptabilă — adică, nu se vor preda niciodată; dar terapeutului îi cer o procedură care să-i pună într-o stare de capitulare totală.

Astfel, devine evident că „DCNDD” reprezintă o soluţie socială la conflictul legat de capitulare

.Chiar mai specific, acest joc este obişnuit printre oamenii care se tem să nu roşească, după cum o demonstrează următoarele conversaţii terapeutice:
Terapeut: „De ce joci «De ce nu-Da, dar» dacă ştii că este o păcăleală?”
Albul: „Dacă vorbesc cu cineva, trebuie să mă gândesc tot timpul ce să spun. Dacă n-o fac, roşesc. Doar în întuneric nu mi se întâmplă. Nu suport pauzele. Ştiu asta, şi o ştie şi soţul meu. întotdeauna mi-a spus-o”.
Terapeut: „Vrei să spui că, dacă Adultul tău nu este ocupat, Copilul profită de ocazie ca să apară şi să te facă de ruşine?”
Albul: „Aşa este. Dacă pot continua să dau sugestii cuiva sau el să- mi dea sugestii mie, atunci sunt în regulă, sunt protejată. Câtă vreme Adultul meu este în control, pot amâna ruşinea”.
Aici, Albul arată clar că se teme de timpul nestructurat. Copilul lui este împiedicat să-şi facă de cap, câtă vreme Adultul poate fî ţinut ocupat într-o situaţie socială, iar un joc oferă o structură adecvată pentru funcţionarea Adultului. însă jocul trebuie să fie declanşat în mod adecvat ca să-i poată menţine interesul. Alegerea jocului „DCNDD” este influenţată de principiul economiei: aduce maximum de beneficii interne şi externe opoziţiei Copilului faţă de pasivitatea fizică. Albul poate să joace cu aceeaşi ardoare atât Copilul viclean, care nu poate fi dominat, cât şi Părintele înţelept, care încearcă să domine Copilul altcuiva şi nu reuşeşte. De vreme ce principiul de bază al jocului „DCNDD” este acela că nicio sugestie nu este acceptată vreodată, atunci Părintele nu câştigă niciodată. Motto-ul jocului este: „Nu te teme, Părintele nu reuşeşte niciodată”.

Aşadar, în rezumat: deşi fiecare mutare este amuzantă, ca să zicem aşa, pentru Alb şi îi aduce mica ,sa plăcere prin respingerea sugestiei, adevărata răsplată este tăcerea sau tăcerea mascată care se instalează când toţi ceilalţi şi-au spart creierii şi au obosit încercând Nă găsească soluţii acceptabile. Aceasta le semnalează persoanei Albului şi celorlalţi că Albul a câştigat demonstrând că ei sunt cei neştiutori. Dacă tăcerea nu este mascată, ea poate dura câteva minute. în exemplul dat, persoana Verde îi scurtează Albului triumful din cauza nerăbdării de a-şi începe propriul joc, care a şi îrnpiedicat-o să participe la jocul Albului. Mai târziu, În timpul şedinţei, persoana Albului şi-a manifestat resentimentul faţă de persoana Verde pentru scurtarea momentului ei de victorie.

O altă trăsătură curioasă a jocului „DCNDD" este aceea că jocurile interne şi cele externe sunt jucate exact la fel, doar cu rolurile inversate. în forma externă, cea observată clinic, Copilul Albului se activează pentru a juca rolul neştiutorului ce caută ajutor într-o situaţie la mai multe mâini. în forma internă, jocul mult mai intim, la două mâini, jucat acasă cu soţul, Părintele Albului se activează ca înţeleptul ce oferă sugestii eficiente. Totuşi, această inversare este secundară de obicei, de vreme ce tn perioada curtării soţia joacă rolul Copilului neajutorat, şi numai după ce se termină luna de miere Părintele ei autoritar începe să apară în mod deschis. Poate că au mai existat câteva scăpări când se apropia nunta, dar logodnicul ei le va fi trecut cu vederea, în dorinţa de a se căsători cu mireasa lui atent aleasă. Dacă nu le treee cu vederea, logodna poate fi ruptă „din motive întemeiate", iar persoana Albului, mai tristă, dar nu mai înţeleaptă, îşi va reîncepe căutările pentru un partener potrivit.

Antiteza. Este evident că cei ce răspund la prima mutare a persoanei Albului, la prezentarea „problemei" ei, joacă o formă de „încerc doar să te ajut". De fapt, „DCNDD" este inversul lui „încerc doar să te ajut". în „încerc doar să te ajut", există un singur

terapeut şi mai mulţi clienţi; în „DCNDD” există un singur client şi mai mulţi „terapeuţi”. Prin urmare, antiteza clinică pentru „DCNDD” este să nu joci „încerc doar să te ajut”. Dacă deschiderea este de forma: „Ce faci tu dacă...”, un răspuns ar fi: „Este o problemă dificilă. Ce ai de gând să faci în privinţa ei?” Dacă este de forma: „X n-a ieşit cum trebuia”, atunci răspunsul ar trebui să fie: „Ce păcat!” Ambele răspunsuri sunt suficient de politicoase pentru a-l lăsa în pierdere pe Alb sau, cel puţin, să determine o tranzacţie încrucişată, astfel încât frustrarea lui să devină manifestă şi să poată fi apoi explorată. într-un grup de terapie, aceasta este o practică bună pentru împiedicarea implicării în jocul „încerc doar să te ajut” a pacienţilor susceptibili. După aceea, nu doar Albul, ci şi ceilalţi membri ai grupului pot învăţa din anti- „DCNDD”, care este doar o altă variantă de anti-”încerc doar să te ajut”.
într-o situaţie socială, dacă jocul este prietenos şi inofensiv, nu există niciun motiv să nu participi. Dacă este o încercare de exploatare a cunoştinţelor profesionale, poate fi nevoie de o mutare antitetică; dar în asemenea situaţii, aceasta stârneşte resentimente, din cauza expunerii Copilului Albului. în aceste cazuri, cea mai bună politică este evitarea mutării de deschidere şi căutarea unui joc stimulator de gradul întâi, precum „Violul”.
Jocuri înrudite. „DCNDD” trebuie diferenţiat de reversul său „De ce ai-Nu, dar”, în care Părintele câştigă şi Copilul defensiv se retrage confuz în cele din urmă, deşi, din nou, în transcrierea seacă poate suna factual,
raţional şi de la Adult la Adult. „De ce ai-Nu, dar” este foarte apropiat de „Mai mult decât atât”.
Inversul lui „De ce ai-Nu, dar” seamănă la început cu „Ţăranca”. Aici, persoana Albului îl seduce pe terapeut pentru a-i oferi sugestii, pe care ea le acceptă imediat, în loc să le respingă. Doar după ce el se implică foarte mult, îşi dă seama că persoana Albului se întoarce împotriva lui. Ceea ce părea „Ţăranca” sfârşeşte prin a

fi varianta intelectuală a jocului „Violul”. Versiunea clasică a acestuia constă în trecerea de la transferul pozitiv la cel negativ, din cursul psihanalizei ortodoxe.
„DCNDD” poate fi jucat şi în forma de gradul doi „Fă-mi ceva”. De pildă, pacienta refuză să facă munci casnice şi, la întoarcerea soţului acasă în fiecare seară, are loc jocul „DCNDD”. Dar indiferent ce spune el, ea refuză cu încăpăţânare să-şi schimbe obiceiurile, în unele cazuri, încăpăţânarea poate fi malignă şi necesită o evaluare psihiatrică atentă. Totuşi, trebuie ţinut cont şi de partea de joc, de vreme ce aceasta ridică problema motivelor pentru care soţul şi-a ales o asemenea soţie şi a modului în care contribuie el la menţinerea situaţiei.

ANALIZĂ

Teza: „Orice soluţie îmi vei da, o să-i găsesc eu un defect”. Scopul:

Confirmarea.
Rolurile: Persoana Neajutorată, Sfătuitorii. Psihodinamica: Conflictul capitulării (oral). Exemple: (1) „Da, dar nu-mi pot face temele pentru

că...”. (2) Soţia neajutorată.

Paradigma socială: Adult-Adult.

Adult: „Ce-ai face tu dacă...”

Adult: „De ce nu...” Adult: „Da, dar...”

Paradigma psihologică: Părinte-Copil.

Părinte: „Pot să te fac să fii recunoscător pentru ajutorul meu”.

Copilul: „încearcă”.

Mutările: (1) Problemă-Soluţie. (2) Obiecţie-Soluţie

(3) Obiecţie-Deconcertare.

Beneficiile: (1) Psihologic intern — confirmare.

(2) Psihologic extern — evitarea capitulării. (3) Social intern — „De ce nu...—Da, dar...”; rolul Parental.
(4) Social extern — „De ce nu-Da, dar”; rolul Copilului.
(5) Biologic — discuţie raţională. (6) Existenţial — Toţi vor să mă domine.
JOCURI SEXUALE
Unele jocuri sunt practicate în scopul exploatării sau combaterii pulsiunilor sexuale. De fapt, toate acestea sunt pervertiri ale instinctelor sexuale, în care satisfacţia este deplasată de la actul sexual la tranzacţiile cruciale care procură răsplata jocului. Acest lucru nu poate fi demonstrat întotdeauna convingător, pentru că acest tip de jocuri sunt practicate în viaţa privată, deci datele clinice
despre ele trebuie obţinute la mâna a doua, iar gradul de subiectivism al celui care oferă informaţiile nu poate fi evaluat întotdeauna satisfăcător. Concepţia psihiatrică asupra homosexualităţii, de pildă, este foarte distorsionată pentru că „jucătorii” mai agresivi şi de succes apelează rar la tratamentul psihiatric, iar materialul disponibil priveşte în principal partenerii pasivi.

Jocurile incluse aici sunt: „Hai, bateţi-vă”, „Perversiunea”, „Violul”, „Jocul ciorapilor” şi „Scandalul”. în majoritatea cazurilor, agentul este o

femeie. Din acest motiv, formele mai dure ale jocurilor sexuale în care bărbatul este agentul constituie infracţiuni sau pe-aproape, aparţinând mai curân

ddomeniului jocurilor interlope. Pe de altă parte, jocurile sexuale şi cele maritale se suprapun, dar cele descrise aici sunt accesibile în mod egal şi celor necăsătoriţi, ca şi
celor căsătoriţi.

1. HAI, BATEŢI-VĂ

Teza. Acesta poate fî o manevră, un ritual sau un joc. în fiecare caz, psihologia este în mod esenţial feminină. Datorită dramatismului său, „Hai, bateţi-vă" se află la baza unei bune părţi a literaturii lumii, fie ea de bună sau proastă calitate.

1. Ca manevră, este romantic. Femeia manevrează sau provoacă doi bărbaţi să se bată, cu insinuarea sau promisiunea că-i va ceda învingătorului. După ce se decide competiţia, ea îşi ţine promisiunea. Aceasta este o tranzacţie onestă şi se presupune că cei doi vor
trăi fericiţi până la adânci bătrâneţi.
2. Ca ritual, tinde să fie tragic. Obiceiul cere ca doi bărbaţi să se bată pentru ea, chiar dacă ea nu vrea acest lucru şi chiar dacă ea a ales deja. Dacă învinge cine nu trebuie, ea trebuie totuşi să-l accepte. în acest caz, societatea, şi nu femeia declanşează „Hai, bateţi-vă". Dacă femeia consimte, atunci tranzacţia este una onestă. Dacă femeia nu consimte sau este dezamăgită, rezultatul îi poate oferi un motiv considerabil pentru practicarea unor jocuri precum „Să-l fraierim pe Joey".
3. Ca joc, este comic. Femeia stârneşte competiţia şi, în timp ce rivalii se luptă, ea fuge cu un al treilea. Beneficiile psihologice interne şi externe pentru ea şi partenerul ei provin din poziţia că

lupta cinstită este pentru fraieri, iar povestea comică pe care au trăit-o
formează baza pentru beneficiile sociale interne şi externe.

2. PERVERSIUNEA

Teza. Perversiunile heterosexuale, precum fetişismul, sadismul şi masochismul, sunt simptomatice pentru Copilul confuz şi sunt tratate ca atare. însă aspectele lor tranzacţionale, aşa cum sunt ele manifestate în relaţiile sexuale reale, pot fi gestionate cu ajutorul analizei jocurilor. Acest lucru poate conduce la control social, astfel încât chiar dacă pulsiunile sexuale deviante rămân neschimbate, ele sunt neutralizate prin ţinerea în frâu a punerii lor în aplicare.

Cei care suferă de o devianţă sadică sau masochistă uşoară tind să adopte o poziţie primitivă de tipul „Sănătăţii mintale". Au senzaţia că sunt înzestraţi cu o sexualitate puternică şi că abstinenţa prelungită poate avea consecinţe grave. Niciuna dintre aceste concluzii nu este în mod necesar adevărată, dar ele alcătuiesc baza unui joc de tip „Piciorul de lemn" cu justificarea: „La ce te aştepţi de la cineva cu o sexualitate atât de puternică, aşa ca mine?"

Antiteza. Aceasta constă în sporirea tandreţei faţă de sine şi partener; e vorba deci despre abţinerea de la flagelarea verbală sau fizică şi limitarea la forme de coit mai convenţionale. Dacă Albul este pervers cu adevărat, acest lucru va fi dezvăluit de al doilea element al jocului, care este exprimat adesea foarte clar în visele lui: nu coitul în sine îl interesează, ci satisfacţia reală pe care şi-o obţine din preludiul umilitor. Se prea poate să nu fi recunoscut acest lucru nici în faţa propriei persoane.

Dar acum nemulţumirea lui îi va deveni clară: „După atâta muncă, mai trebuie să am şi contact sexual!" în acest moment, poziţia lui este mult mai uşor de abordat în psihoterapia de specialitate, mare parte din justificări şi evitări fiind anulate.

Toate acestea sunt valabile pentru „psihopatii sexual" obişnuiţi, dar nu şi pentru schizofrenicii maligni sau criminalii perverşi, şi nici

pentru cei care-şi limitează activităţile sexuale doar la nivelul fantasmării.
Jocul „Homosexualitatea” s-a transformat într-o subcultură în multe ţări, după cum în altele a devenit un ritual. Multe dintre neajunsurile produse de homosexualitate apar din transformarea ei într-un joc. Comportamentul provocator care dă naştere jocurilor „Hoţii şi vardiştii”, „De ce ni se întâmplă întotdeauna nouă?”, „Asta e societatea în care trăim”, „Toţi marii bărbaţi au fost” şi aşa mai departe este supus adesea controlului social, ce reduce la minimum dezavantajele. Homosexualul „de profesie” îşi iroseşte o mulţime de timp şi energie care ar putea fi folosite în alte scopuri. Analiza jocurilor sale l-ar putea ajuta să-şi întemeieze un ménage discret, ce i-ar permite să se bucure de avantajele pe care le oferă societatea burgheză, în loc să se dedice jucării propriei variante de „Nu-i aşa că-i îngrozitor?”
3. VIOLUL
Teza. Este un joc între un bărbat şi o femeie care ar putea fi numit mai politicos „Hai, pa!” sau „Indignare”, cel puţin în formele lui mai uşoare. El poate fi jucat cu diferite grade de intensitate.
1. „Violul” de gradul întâi sau „Hai, pa!” este popular în cadrul întâlnirilor sociale şi constă, în esenţă, într-un flirt uşor. Femeia Alb dă semnale că este disponibilă şi
îşi obţine plăcerea de a fi urmărită. însă îndată ce bărbatul a decis să se implice, jocul s-a terminat. Dacă este politicoasă, îi poate spune deschis „Apreciez complimentele şi îţi mulţumesc foarte mult”, după care trece la următoarea cucerire. Dacă este mai puţin generoasă, poate pleca pur şi simplu de lângă el.
O jucătoare abilă poate face ca jocul să continue mult timp la întrunirile sociale mai mari, mişcându-se frecvent, astfel încât bărbatul să fie nevoit să facă manevre complicate pentru a o urmări fără să devină prea evident.
2. în „Violul” de gradul doi sau „Indignarea”, femeia Alb obţine doar o satisfacţie secundară din avansurile Negrului. Principala ei

gratificare vine din respingerea lui, astfel încât acest joc este cunoscut colocvial şi ca „Şterge-o, băiete!” Ea îl ademeneşte pe Negru să se implice mult mai serios decât în cazul flirtului uşor din „Violul” de gradul întâi şi se bucură să-l vadă pus în încurcătură de respingerea ei. Negrul, desigur, nu este chiar aşa de neajutorat pe cât pare şi este posibil să se fi chinuit destul de mult ca să se implice. De obicei, el joacă o variantă a lui „Dă-mi un şut”.

3. „Violul” de gradul trei este un joc diabolic, care se sfârşeşte prin crimă, sinucidere sau la tribunal. Aici femeia Alb îl aduce pe Negru în situaţia de contact fizic compromiţător, iar apoi pretinde că acesta a atacat-o sau că i-a adus prejudicii ireparabile. în forma cea
mai cinică, femeia Alb îi poate permite finalizarea actului sexual, astfel încât să obţină şi plăcere înainte de a-l acuza. Confruntarea poate fi imediată, ca în cazul acuzaţiei neîntemeiate de viol, sau poate fi amânată mult timp, ca în cazul sinuciderii sau omuciderii după
o aventură amoroasă prelungită. Dacă femeia decide să practice jocul sub forma atacului criminal, s-ar putea să nu-i fie prea greu să găsească aliaţi venali sau interesaţi de morbid, precum presa, poliţia, avocaţi şi rude. Uneori, însă, toţi aceşti spectatori din afară se pot întoarce în mod cinic împotriva ei, astfel încât ea pierde iniţiativa şi devine doar un instrument în jocurile lor.
în unele cazuri, spectatorii din afară îndeplinesc o altă funcţie. Ei îi impun jocul cu forţa unei femei Alb care se opune, pentru că vor să joace „Hai, bateţi-vă!”
O pun într-o asemenea situaţie încât trebuie să acuze violul pentru a-şi salva reputaţia. Acest lucru li se poate întâmpla mai ales fetelor minore; ele pot dori sincer continuarea unei legături, dar pentru că aceasta este descoperită sau se face caz de ea, ele se simt constrânse să transforme povestea de dragoste într-un joc „Violul” de gradul trei.

într-o bine-cunoscută situaţie, precautul losif a refuzat să se lase atras într-un joc „Violul”, după care soţia lui Potifar (care l-a acuzat pe nedrept de viol după ce losif îi refuzase avansurile — n.red.) a făcut comutarea clasică la „Hai, bateţi-vă!”, un exemplu excelent al modului cum reacţionează la antiteză un jucător dur şi al pericolelor ce-i pândesc pe oamenii care refuză să se implice în jocuri. Aceste două jocuri sunt combinate în bine-cunoscutul „Şantaj”, în care femeia îl seduce pe Negru şi apoi îl acuză de viol, moment în care soţul ei preia conducerea şi abuzează de Negru în scopul şantajului.

Una dintre cele mai nefericite şi acute forme de „Viol” de gradul trei apare frecvent între doi homosexuali care nu se cunosc, care în numai o oră pot duce jocul până la omucidere. Variantele cinice şi criminale ale acestui joc contribuie la numărul mare de exemplare vândute de ziare axate pe senzaţional.

Prototipul din copilărie al jocului „Violul” este acelaşi cu cel al jocului „Femeia frigidă”, în care fetiţa îl aduce pe băieţel în situaţia de a se umili singur sau de a se
murdări, pentru ca apoi să râdă de el. Este un joc descris În mod clasic de către Maugham în Robie şi, cum am menţionat deja, de către Dickens în Marile speranţe. Acesta este un joc de gradul doi. O formă mai dură, apropiindu-se de gradul trei, poate fi jucată în cartierele râu famate.

Antiteza. Capacitatea bărbatului de a evita să se lase atras în acest joc sau de a-l ţine sub control depinde de capacitatea lui de a face distincţie între manifestări autentice ale sentimentelor şi mutările dintr-un joc.

Dacă este capabil de control social, poate obţine o foarte mare satisfacţie din flirturile simple din „Hai, pa!”. Pe de altă parte, este dificil de imaginat o antiteză sigură la manevra soţiei lui Potifar, alta decât să pleci înainte să se prindă de veste şi să nu laşi nicio adresă. în 1938, autorul s-a întâlnit cu un bătrân losif în Alep, care fugise din Constantinopol cu 32 de ani înainte, după ce una dintre

femeile sultanului îl încolţise în timpul unei vizite de afaceri în haremul Yildiz. A trebuit să-şi abandoneze magazinul, nu înainte să- şi ia francii de aur agonisiţi, iar apoi nu s-a mai întors niciodată.
Jocuri înrudite. Versiunile masculine de „Viol” sunt notorii în domeniul reclamelor: „Canapeaua de audiţii” (după care ea nu primeşte de fapt rolul) şi

„Dezmierdarea” (după care ea este concediată). ANALIZĂ
Următoarea analiză se referă la „Violul” de gradul trei, pentru că elementele jocului sunt ilustrate mai dramatic aici.

Scopul: Răzbunarea diabolică

.Rolurile: Seducătoarea, Lupul.
Psihodinamica: (de gradul trei): invidie de penis, violenţă orală. „Hai, pa!” este falie, în timp ce „Indignare” are puternice elemente anale.

Exemple: (1) „Te spun, mucos murdar”. (2) Femeia siluită.

Paradigma socială: Adult-Adult.

Adult (bărbat): „îmi pare rău dacă am mers mai departe decât

voiai”.
Adult (femeie): „M-ai violat şi trebuie să plăteşti cu vârf şi îndesat pentru asta”.

Paradigma psihologică: Copil-Copil.

Copil (bărbat): „Uite ce irezistibil sunt”.

Copil (femeie): „Acum te-am prins, ticălosule!”

Mutările: (1) Femeia: seducţie; Bărbatul: contraseducţie. (2) Femeia: capitulare; Bărbatul: victorie; (3) Femeia: confruntare; Bărbatul: prăbuşire.
Beneficiile: (1) Psihologic intern — exprimarea urii şi proiecţia vinovăţiei. (2) Psihologic extern — evitarea intimităţii emoţionale sexuale. (3) Social intern — „Acum te-am prins, ticălosule!”. (4) Social extern — „Nu-i aşa că-i îngrozitor?”, „Tribunalul”, „Hai, bateţi- vă!”. (5) Biologic — relaţii sexuale şi agresive.

(6) Existenţial — N-am nicio vină.
4. JOCUL CIORAPILOR
Teza. Face parte din familia jocului „Viol”; caracteristica sa cea mai evidentă este exhibiţionismul, care este de natură isterică. O femeie intră într-un grup străin şi după foarte puţin timp îşi expune piciorul într-un mod foarte provocator spunând: „Vai, mi s-a dus un fir de la ciorap”. Acest lucru este calculat astfel încât să-i excite sexual pe bărbaţi şi să le înfurie pe celelalte
femei. Orice confruntare a femeii Alb este întâmpinată, bineînţeles, cu proteste inocente sau cu întoarcerea acuzelor, de unde şi asemănarea cu „Violul” clasic. Lipsa de adaptare a femeii Alb este foarte semnificativă. Ea aşteaptă arareori să afle cu ce fel de oameni are de-a face sau care este momentul potrivit pentru manevra ei. Ca atare, aceasta pare ceva nepotrivit şi îi afectează relaţiile cu cei cu care se asociază. în ciuda unei „sofisticări” superficiale, ea nu înţelege ce se întâmplă în viaţa ei pentru că judecă natura umană prea cinic. Scopul ei este să demonstreze că alţii au o minte lascivă, iar Adultul său este păcălit de Copilul şi Părintele ei (de regulă, o mamă lascivă) să ignore atât propriul stil provocator, cât şi bunele intenţii ale multora dintre oamenii pe care îi întâlneşte. Astfel, jocul tinde să fie autodistructiv.
Aceasta este, probabil, varianta falică a unui joc al cărui conţinut depinde de o tulburare latentă. O variantă „orală” poate fi jucată de femei cu o patologie mai profundă şi cu sâni bine dezvoltaţi. Adesea, asemenea femei stau cu mâinile sub cap, pentru a-şi proiecta sânii în afară; ele pot atrage şi mai mult atenţia asupra lor făcând remarci asupra mărimii sânilor sau vorbind despre chestiuni medicale, cum ar fi o operaţie sau un nodul. Unele genuri de foieli constituie, probabil, o variantă anală. Acest joc dă de înţeles faptul că femeia este disponibilă sexual. Astfel, el poate fi jucat într-o formă ceva mai simbolică de către femeile îndoliate, care-şi „expun” văduvia fără sinceritate.

Antiteza. în afară de lipsă de adaptare, aceste femei demonstrează o toleranţă scăzută la antiteză. Dacă, de pildă, jocul este ignorat sau contracarat printr-o terapie de grup avansată, ele ar putea să nu mai revină la grup. în acest joc trebuie făcută o distincţie foarte atentă între antiteză şi represalii, întrucât cele din urmă semnifică victoria Albului. în „Jocul ciorapilor", femeile se price

pmai bine decât bărbaţii să răspundă la mutări, căci cei din urmă nu prea au motive să-l întrerupă. Prin urmare, cel mai bine este ca antiteza să fie lăsată în seama celorlalte femei prezente.

5. SCANDALUL

Teza. Jocul clasic are loc între taţii dominanţi şi fiicele adolescente, acolo unde există o mamă inhibată sexual. Tatăl vine acasă de la muncă şi îi găseşte ceva de reproşat fiicei, care îi răspunde necuviincios; sau fata poate face prima mutare, fiind necuviincioasă cu el, lucru pe care tatăl i-l reproşează. Amândoi ridică vocea şi cearta se intensifică. Rezultatul depinde de cel care a iniţiat jocul. Există trei posibilităţi: (a) tatăl se retrage în dormitorul lui şi trânteşte uşa; (b) fiica se retrage în dormitorul ei şi trânteşte uşa; (c) amândoi se retrag în dormitoarele lor şi trântesc uşile. în orice caz, finalul jocului „Scandalul" este marcat de trântirea uşilor. „Scandalul" oferă o soluţie neplăcută, dar eficace la problemele sexuale care apar în anumite familii între taţi

şi fiicele lor adolescente. Adesea, cei doi pot locui în aceeaşi casă doar dacă sunt furioşi unul pe celălalt, iar trântirea uşilor subliniază pentru amândoi faptul că au dormitoare separate.
în familiile degenerate poate fi jucată o formă sinistră şi dezgustătoare a acestui joc, în care tatăl îşi aşteaptă fiica ori de câte ori aceasta se duce la o întâlnire, pentru ca la întoarcere să-i verifice cu mare atenţie hainele, ca să fie sigur că nu a făcut sex. Cea mai mică bănuială poate da naştere unei altercaţii extrem de violente, în urma căreia fata poate fi dată afară din casă în toiul nopţii. în timp, natura îşi va urma cursul — dacă nu în noaptea aceea, atunci în următoarea sau în cealaltă. Atunci, „bănuielile" tatălui vor fi „justificate", după cum îi va spune acesta mamei, care a stat deoparte „neajutorată" în tot acest timp.
însă, la modul general, „Scandalul" poate fi jucat între oricare doi oameni care încearcă să evite intimitatea sexuală. De pildă, el este faza finală obişnuită a jocului „Femeia frigidă". Se întâmplă relativ rar între băieţii adolescenţi şi rudele lor feminine, pentru că băieţilor le este mai uşor să plece seara de acasă decât altor membri ai familiei. Fraţii şi surorile pot crea de la o vârstă fragedă bariere eficace şi satisfacţii fizice parţiale prin luptele fizice, tipar ce are motivaţii diferite la vârste diferite şi care în America este o formă semiritualică de „Scandal" acceptată de televiziune şi de autorităţile pedagogice şi pediatrice, în clasa superioară din Anglia este (sau era) considerată o formă nocivă, iar energiile corespunzătoare sunt canalizate către „Scandalul" bine controlat de pe terenurile de joc.
Antiteza. Jocul nu este chiar aşa de dezgustător pentru tată cum i-ar plăcea lui să creadă şi, în general, fiica este cea care face mutarea antitetică printr-o căsătorie timpurie, adesea prematură sau forţată. Dacă este posibil psihologic, mama poate face mutarea antitetică prin renunţarea la frigiditatea ei relativă sau absolută. Jocul poate slăbi dacă tatăl devine interesat sexual de cineva din afară, dar această soluţie poate duce la alte complicaţii.

în cazul cuplurilor căsătorite, antitezele sunt aceleaşi ca în cazul jocurilor „Femeia frigidă” sau „Bărbatul frigid”.

în condiţii prielnice, „Scandalul” se poate transforma destul de natural în „Tribunalul”

.JOCURI INTERLOPE

Odată cu introducerea „asistenţei” (sociale, medicale, psihologice) în tribunale, departamente de eliberare condiţionată şi instituţii corecţionale, şi odată cu rafinarea cunoştinţelor criminaliştilor şi ale organelor de aplicare a legii, cei implicaţi trebuie să fie

1

conştienţi de jocurile interlope cele mai frecvente, atât din închisori, cât şi din afara lor. Printre acestea se numără „Hoţii şi vardiştii”, „Cum scapi de aici” şi „Să-l fraierim pe Joey”.

1. HOŢII ŞI VARDIŞTII

Teza. Pentru că mulţi infractori îi urăsc pe poliţişti, ei par să obţină o satisfacţie la fel de mare — adesea chiar mai mare — din păcălirea poliţiei, ca şi din rezultatele actelor lor infracţionale. La nivel de Adult, infracţiunile lor sunt jocuri practicate pentru recompensele materiale — prada; însă la nivel de Copil, este vorba despre emoţia urmăririi: fuga şi calmarea.

În mod curios, prototipul jocului „Hoţii şi vardiştii” tIIn copilărie nu este „De-a hoţii şi vardiştii”, ci „De-a v .iţi ascunselea”, în care elementul esenţial este mâhnirea de a fi găsit. Copiii mici se dau de gol cu uşurinţă. Dacă tatăl îi găseşte prea repede, mâhnirea ivite mai mare decât distracţia. Dar dacă tatăl este un Imn jucător, ştie ce să facă: se abţine până când băieţelul tl ilă un indiciu, strigându-l, scăpând ceva pe jos sau lovind ceva. Astfel, el îl forţează pe tată să- I găsească. Reacţionează tot mâhnindu-se; însă de data asta s- a distrat mai mult, datorită suspansului crescut. Dacă tatăl ne dă bătut, de obicei băiatul se simte dezamăgit, şi nu victorios. De vremece s-a distrat ascunzându-se, evident eâ nu aici este problema. El este dezamăgit că nu a fost prins. Când îi vine rândul să se ascundă, tatăl ştie că nu trebuie să-l întreacă în isteţime pe băiat prea mult timp, ei doar atât cât trebuie pentru a fi distractiv; şi el este suficient de înţelept încât să se prefacă mâhnit când este prins. Curând devine clar că a fi găsit este răsplata necesară.

Aşadar, „De-a v-aţi ascunselea” nu este o simplă formă de petrecere a timpului, ci un joc adevărat. La nivel social, este o întrecere în isteţime şi oferă satisfacţie maximă când Adultul fiecărui jucător dă tot ce poate; însă la nivel psihologic totul se desfăşoară ca într-un joc compulsiv de noroc, în care Adultul Albului trebuie să piardă pentru a-şi lăsa Copilul interior să câştige. A nu fi prins este, de fapt, antiteza. La copiii mai mari, cel care găseşte o ascunzătoare de negăsit nu este bine privit, dat fiind că a stricat astfel jocul. El a exclus aspectul de Copil şi a transformat totul într-o procedură de Adul/t. El nu mai joacă de dragul distracţiei. El intră în aceeaşi categorie ca şi un proprietar de cazinou sau ca unii infractori de meserie, care, de fapt, sunt interesaţi de bani, nu de distracţie.Pare să existe două tipuri diferite de infractori de meserie: cei care comit infracţiunile în principal pentru profit şi cei care o fac în primul rând pentru joc — între cele două se află un grup numeros, căruia îi aparţin cei ce pot avea oricare din cele două motivaţii. „Câştigătorul compulsiv”, cel ce face mulţi bani, al cărui Copil chiar nu vrea să fie prins şi nici nu este prins decât arareori, conform relatărilor pe această temă; el este de neatins, mergându-i totul ca uns de fiecare dată.

„Perdantul compulsiv”, pe de altă parte, care joacă „Hoţii şi vardiştii” (H&V), rareori o duce bine financiar. Excepţiile par să se datoreze adesea mai degrabă norocului decât abilităţilor; însă pe termen lung chiar şi norocul se termină, după cum o cere Copilul său, ajungând să se plângă în loc s-o ducă bine.
Jucătorul de H&V care ne interesează aici seamănă în unele privinţe cu Alcoolicul. El poate trece din rolul de Hoţ în cel de Vardist, şi din cel de Vardist în cel de Hoţ. în unele cazuri, el poate juca Vardistul Parental în timpul zilei şi Hoţul Copil după lăsarea întunericului. Există un Vardist în mulţi Hoţi şi un Hoţ în mulţi Vardişti. Dacă infractorul se „corijează”, el poate juca rolul de Salvator, devenind asistent social sau misionar; dar în acest joc Salvatorul este mult mai puţin important decât cel din „Alcoolicul”. Totuşi, în mod obişnuit, rolul de Hoţ al jucătorului este destinul lui şi fiecare are propriul modus operandi de a se lăsa prins. El le poate îngreuna sau uşura munca Vardiştilor.
Situaţia este asemănătoare şi în cazul practicanţilor jocurilor de noroc. La nivel social sau sociologic, un „profesionist” al jocurilor de noroc este cel pentru care cel mai important lucru în viaţă este jocul de noroc. Dar la nivel psihologic, există două tipuri diferite de asemenea jucători profesionişti. Sunt cei care-şi petrec timpul practicând jocurile de noroc — adică, jucându-se cu Soarta — în care puterea dorinţei Adultului de a câştiga este depăşită doar de puterea nevoii Copilului de a pierde. Şi mai sunt cei care conduc tripouri şi care îşi câştigă traiul, de obicei unul foarte bun, oferind jucătorilor ocazia de a juca; ei înşişi nu joacă şi încearcă să evite acest lucru, deşi uneori, în anumite condiţii, îşi vor permite s-o facă şi chiar cu plăcere, la fel cum un infractor care s-a îndreptat mai poate juca din când în când un „Hoţii şi vardiştii”.
Acest lucru aruncă o lumină asupra motivelor pentru care studiile psihologice şi sociologice asupra infractorilor au fost ambigue şi neproductive în general: ele vizează două tipuri diferite de oameni, care nu pot fi diferenţiaţi în mod adecvat în cadrele de referinţă teoretice sau empirice obişnuite. Acelaşi lucru este adevărat şi în cazul studierii practicanţilor de jocuri de noroc. Analiza tranzacţională şi cea a jocurilor oferă o soluţie imediată. Ele

înlătură ambiguitatea, făcând distincţia tranzacţională, dincolo de nivelul social, între „jucători” şi „profesioniştii propriu-zişi”.
Să trecem acum de la această teză generală la câteva exemple concrete. Unii spărgători îşi fac treaba fără nicio mişcare în plus. Spărgătorul care joacă „Hoţii şi vardiştii” îşi lasă în urmă cartea de vizită prin acte gratuite de vandalism, cum ar fi impregnarea hainelor scumpe cu secreţii şi excreţii. Jefuitorul de bănci profesionist, conform relatărilor, îşi ia toate precauţiile posibile pentru a evita violenţa; jefuitorul de bănci care joacă H&V caută orice pretext pentru a-şi ventila furia. Ca orice profesionist, un infractor de meserie preferă ca loviturile sale să fie cât mai curate, în limita circumstanţelor. Infractorul care joacă H&V simte nevoia să-şi descarce nervii în timpul loviturii. Se spune că adevăratul profesionist nu acţionează niciodată înainte ca totul să fie bine pus la punct; jucătorul este dispus să înfrunte legea nepregătit. Profesioniştii adevăraţi sunt perfect conştienţi, în felul lor, de jocul H&V. Dacă membrul unei bande manifestă prea mult interes faţă de joc, până într-acolo încât să pună în pericol lovitura, şi mai ales dacă nevoia lui de a fi prins începe să se vadă, banda va lua măsuri drastice pentru a preveni recidiva. Poate că profesioniştii adevăraţi sunt prinşi arareori tocmai pentru că ei nu joacă H&V. Astfel, ei sunt rareori studiaţi sociologic, psihologic şi psihiatric; acest lucru se aplică şi la jucătorii de jocuri de noroc. Prin urmare, majoritatea cunoştinţelor noastre clinice despre infractori şi practicanţi ai jocurilor de noroc se referă mai degrabă la jucători, nu la profesioniştii propriu-zişi.
Cleptomanii (spre deosebire de hoţii de magazine profesionişti) arată cât de răspândit este jocul H&V. Probabil că foarte mulţi occidentali, cel puţin, au jucat H&V în fantasmările lor, iar acest lucru face ca ziarele să se vândă foarte bine înjumătăţea noastră de lume. Acest joc fantasmat apare adesea sub forma închipuirii „crimei perfecte”, care înseamnă cel mai dur joc posibil şi păcălirea totală a poliţiştilor.
Variante ale H&V sunt: „Hoţii şi experţii contabili”, jucat de delapidatori cu aceleaşi reguli şi răsplată; „Hoţii şi vameşii”, jucat de contrabandişti etc. Foarte interesantă este varianta penală a „Tribunalului”. în ciuda tuturor precauţiilor sale, profesionistul

poate fi uneori arestat şi trimis în judecată. Pentru el, „Tribunalul” este o procedură pe care o îndeplineşte conform instrucţiunilor apărătorilor săi legali. Pentru avocaţi, dacă sunt câştigători compulsivi, „Tribunalul” este, în esenţă, un joc cu juriul, în care obiectivul este să câştige, nu să piardă. Acesta este considerat un joc constructiv de către un larg segment al societăţii.
Antiteza. Aceasta îi preocupă mai degrabă pe criminaliştii calificaţi decât pe psihiatri. Poliţia şi aparatul judiciar nu sunt antitetice, ci au rolul lor în joc, urmând regulile stabilite de societate.
Totuşi, trebuie subliniat un lucru. Cercetătorii în criminalistică pot glumi că unii infractori se comportă ca şi când le-ar fi plăcut urmărirea şi ar fi vrut să fie prinşi, sau pot să înţeleagă această idee şi să-i acorde credit. însă nu înclină deloc să considere un asemenea factor „explicativ” drept decisiv în activitatea lor „de cercetare”. Şi aceasta în primul rând pentru că nu există nicio modalitate de dezvăluire a acestui element prin metodele standard ale cercetării psihologice. Ca urmare, cercetătorul fie trebuie să excludă un element crucial, pentru că nu-l poate gestiona cu instrumentele de cercetare pe care le are la dispoziţie, fie trebuie să- şi schimbe instrumentele. Fapt este că acele instrumente n-au condus până acum la nicio soluţie pentru niciuna dintre problemele criminalisticii. Aşa că ar fi mai bine ca cercetătorii să renunţe la vechile metode şi să abordeze problema dintr-un unghi nou. Până când jocul H&V nu este acceptat nu doar ca o anomalie interesantă, ci ca însuşi elementul central pentru un procent semnificativ de cazuri, o mare parte din cercetarea în criminologie va continua să se ocupe de banalităţi, doctrine, chestiuni periferice sau ¡relevante*.
în „Psychiatry and the Law: Use and Abuse of Psychiatry în a Murder Case” (American Journal of Psychiatry: 118, pp. 289-299, 1961),Frederick Wisemăn oferă un exemplu clar şi tragic al unei forme dure a jocului „Hoţii şi vardiştii”. Este vorba despre un bărbat de 23 de ani care şi-a împuşcat logodnica, iar apoi s-a predat. Acest lucru n-a fost uşor, din moment ce poliţia nu i-a crezut povestea decât după ce a repetat-o de patru ori. Ulterior el a declarat: „ Toată viaţa am avut sentimentul că sunt sortit să sfârşesc pe scaunul electric. Dacă aşa trebuia să se întâmple, aşa

se va întâmpla". Autorul spune că era absurd să te aştepţi ca un juriu obişnuit să înţeleagă complexa expertiză psihiatrică prezentată la proces în jargon tehnic. în termenii jocului, problema principală poate fi exprimată în cuvinte foarte simple: un băiat de nouă ani decide (din motivele aduse cu claritate la lumină în timpul procesului) că este sortit să sfârşească pe scaunul electric. El îşi petrece tot restul vieţii îndreptându-se către acest obiectiv; în cele din urmă, folosindu-şi iubita ca ţintă, el reuşeşte.

ANALIZĂ

Teza: Nu poţi să mă prinzi.

Scopul: Confirmarea.

Rolurile: Hoţ, Vardist (Judecător).

Psihodinamica: Intruziune falică.

Exemple: (1) De-a v-aţi ascunselea, (2) Infracţiunea.

Paradigma socială: Părinte-Copil.

Copil: „Nu poţi să mă prinzi".

Părinte: „Asta am de făcut".

Paradigma psihologică: Părinte-Copil.

Copil: „Trebuie să mă prinzi".

Părinte: „Aha, aici erai!"

Mutările: (1) A: Sfidare; N: Indignare. (2) A: Ascundere; N:

Frustrare.
(3) A: Provocare; N: Victorie.
Beneficiile: (1) Psihologic intern — compensaţie materială pentru răul din trecut. (2) Psihologic extern — contrafobic. (3) Social intern — Nu poţi să mă prinzi.

(4) Social extern — Aproape scăpasem basma curată. (Discuţie pentru trecerea timpului: Ei aproape scăpaseră basma curată.) (5) Biologic — notorietate.
(6) Existenţial: Am fost întotdeauna un ratat.

2. CUM SCĂPI DE AICI

Teza. Dovezile istorice arată că deţinuţii care supravieţuiesc cel mai bine sunt cei care-şi structurează
timpul printr-o activitate, o discuţie pentru trecerea timpului sau un joc. Se pare că acest lucru este bine cunoscut de poliţia politică, despre care se spune că-i frânge pe unii deţinuţi ţinându-i pur şi simplu inactivi sau într-o stare de deprivare socială. Activitatea preferată a deţinuţilor solitari este cititul sau scrisul, iar discuţia de trecere a timpului preferată este „Evadarea”, pentru care unii au devenit celebri, precum Casanova sau baronul Frederich von der Trenck.

Jocul preferat este „Cum scapi de aici” („Vreau afară”), care poate fi jucat, de asemenea, şi în spitalele de stat. Acest joc nu trebuie confundat cu operaţia (capitolul 5) cu acelaşi nume, cunoscută drept „Bună purtare”. Un deţinut care doreşte realmente să fie liber va găsi modalitatea de a se plia pe cerinţele autorităţilor, astfel încât să fie eliberat cât mai repede posibil. în zilele noastre, acest lucru poate fi realizat adesea jucând bine jocul „Psihiatrie”, de tip grup de terapie. însă jocul „Vreau afară” este jucat de deţinuţii sau pacienţii al căror Copil nu vrea să iasă. Ei simulează „Bună purtare”, dar în momentul esenţial se autosabotează, astfel încât să nu fie eliberaţi. Astfel, în „Bună purtare”, Părintele, Adultul şi Copilul conlucrează în scopul eliberării; în „Vreau afară”, Părintele şi Adultul fac mutările prescrise până în momentul critic, în care Copilul, care este, de fapt, îngrozit de perspectiva de a se aventura într-o lume nesigură, preia conducerea şi strică efectul.

„Vreau afară” era un joc obişnuit pe la sfârşitul anilor 1930, printre imigranţii nou sosiţi din Germania, care deveniseră psihotici. Starea li se îmbunătăţea şi implorau să fie externaţi din spital; dar pe măsură ce se apropja ziua externării, manifestările lor psihotice reveneau.

Antiteza. Atât „Bună purtare”, cât şi „Vreau afară” sunt recunoscute de administratorii atenţi şi pot f

igestionate la nivel executiv. însă începătorii în terapia de grup sunt adesea păcăliţi. Un terapeut de grup competent, ştiind că acestea sunt cele mai frecvente manipulări din închisorile cu specific psihiatric, va fi atent la ele şi le va depista într-un stadiu incipient. De vreme ce „Bună purtare” este o operaţie onestă, ea poate fi tratată ca atare şi discutarea ei deschisă nu face niciun rău. „Vreau afară”, pe de altă parte, necesită o terapie activă pentru ca deţinutul înfricoşat să poată fi reabilitat.

Jocuri înrudite. Strâns înrudită cu „Vreau afară” este o operaţie numită „Trebuie să mă ascultaţi”. Aici, un deţinut sau un client al unei instituţii sociale îşi cere dreptul de a se plânge. Reclamaţiile sunt cel mai adesea ¡relevante. Principalul lui scop este să se asigure că va fi ascultat de către autorităţi. Dacă acestea fac greşeala să creadă că el aşteaptă să-i fie rezolvate cerinţele şi îl resping ca având pretenţii prea mari, pot apărea necazuri. Dacă îi satisfac cerinţele, el va veni cu altele. Dacă doar îl ascultă cu răbdare şi interes, atunci jucătorul de „Trebuie să mă ascultaţi” va fi satisfăcut şi cooperant, fără să mai ceară altceva.

Administratorul trebuie să înveţe să facă distincţie între „Trebuie să mă ascultaţi” şi cererile serioase care necesită acţiuni corective*.

„închis pe nedrept” este un alt joc care aparţine acestei familii. Un infractor care s-a îndreptat poate invoca faptul de a fi „închis pe nedrept” în efortul lui real de a fi eliberat, caz în care face parte din procedură, însă deţinutul care joacă „închis pe nedrept”, nu-l foloseşte efectiv pentru a încerca să iasă, de vreme ce, dacă este eliberat, el nu mai are ce să invoce.

Pentru mai multe informaţii despre „Hoţii şi vardiştii” şi jocurile practicate de deţinuţi, vezi: Ernst F.H. şi Keating W. C., „Psychiatric Treatment of the California Felon”, American Journal of Psychiatry, 120: 974-979,1964.

3. SĂ-L FRAIERIM PE JOEY (SFJ)

Teza. Prototipul acestui joc este „Magazinul universal”. Marile fraude, dar şi micile escrocherii şi chiar şantajul sunt jocuri de tipul

SFJ. Nimeni nu poate fi învins la SFJ decât dacă are hoţia în sânge, pentru că prima mutare este a Negrului, care-i spune Albului că fraierul de Joey e numai bun să fie „făcut”. Dacă Albul ar fi onest, el s-ar retrage, ori l-ar avertiza pe Joey, dar n-o face. Tocmai când Joey este pe cale să plătească, ceva nu merge bine şi Albul descoperă că investiţia lui a dispărut. Sau, într-un joc de „Şantaj”, tocmai când să i se pună coame lui Joey, se întâmplă ca el să apară la faţa locului. Apoi Albul, care juca după propriile sale reguli în propriul său mod cinstit, află că trebuie să joace după regulile lui Joey, care sunt dureroase.

în mod curios, se presupune că victima ar trebui să ştie regulile SFJ şi să le respecte. Faptul că vor fi turnători este un risc calculat al bandei de escroci; ei nu-i vor reproşa Albului faptul că i-a dat de gol, iar acestuia i se va permite chiar, într-o anumită măsură, libertatea de a minţi poliţia pentru a se salva. Dar dacă merge prea departe şi îi acuză în mod fals de spargere, de pildă, asta înseamnă înşelătorie şi o vor dispreţui profund. Pe de altă parte, nu există înţelegere pentru un escroc care îşi alege o victimă în stare de ebrietate, dat fiind că aceasta este o procedură incorectă, iar el ar fi trebuit să ştie asta. Acelaşi lucru este valabil şi dacă este suficient de prost încât să-şi aleagă o victimă cu simţul umorului, întrucât se ştie foarte bine că nu poţi avea încredere că asemenea oameni pot juca rolul omului cinstit în SFJ până la jocul terminal „Hoţii şi vardiştii”. Escrocii cu experienţă sunt speriaţi de victimele care izbucnesc în râs după ce au fost „fraierite”.

Trebuie remarcat că o glumă proastă nu este un joc SFJ pentru că, în cazul ei, Joey este cel care suferă, în timp ce în SFJ Joey scapă la sfârşit, Albul fiind cel care suferă. O glumă proastă este o discuţie pentru trecerea timpului, în timp ce SFJ este un joc în care gluma este făcută în aşa fel încât să aibă un efect contrar.

Este evident că SFJ este un joc la trei sau patru mâini în care poliţia este cea de-a patra mână şi că este înrudit cu „Hai, bateţi-vă”.

NOTĂ

Datorăm mulţumiri doctorului Franklin Emst de la Centrul Medical California din Vacaville, domnului William Collins de la Centrul de Reabilitare California din Norco şi domnului Laurence Means de la

închisoarea pentru Bărbaţi din Tehachapi, pentru interesul lor continuu în studierea jocului „Hoţii şi vardiştii” şi pentru discuţiile şi criticile lor utile.

JOCURILE DIN CABINETUL DE TERAPIE

Jocurile practicate cu tenacitate în situaţia terapeutică sunt cele mai importante pentru analistul de jocuri profesionist, el trebuind să fie conştient de acestea. Ele pot fi studiate cu uşurinţă la prima mână în cabinetul de terapie. Şi sunt de trei tipuri, după rolul agentului:

1. Jocuri practicate de terapeuţi şi asistenţi sociali: „încerc doar să te ajut” şi „Psihiatrie”.
2. Jocuri practicate de profesionişti calificaţi care sunt pacienţi în grupuri de terapie, cum ar fi „Sera”.
3. Jocuri practicate de pacienţi şi clienţi obişnuiţi: „Sărmanul”, „Ţăranca”, „Prostul” şi „Piciorul de lemn”.

1.SERA

Teza. Acesta este o variantă a jocului „Psihiatrie”, jucată cel mai dur de tinerii specialişti în ştiinţel

esociale, cum ar fi psihologii clinicieni. Aflaţi în compania colegilor lor, aceşti tineri tind să joace „Psihanaliza” adesea în glumă, folosind expresii precum „Ţi se vede ostilitatea” sau „Cât de mecanic poate ajunge un mecanism de apărare?” De obicei, acestea constituie o discuţie pentru trecerea timpului inofensivă şi agreabilă; reprezintă o fază normală a experienţei lor de învăţare şi poate fi chiar amuzantă dacă în grup sunt şi câteva persoane mai noi. (Preferata mea este: „Văd că a început iar Conferinţa Naţională a Actelor Ratate”.)

Ca pacienţi în grupuri de psihoterapie, unii dintre aceşti oameni sunt capabili să se implice mai serios în această critică reciprocă; însă cum ea nu este prea productivă în situaţia dată, este posibil ca terapeutul să-i pună punct. Lucrurile se pot îndrepta apoi către jocul „Sera”.

Proaspăt absolvenţii au tendinţa puternică să aibă un respect exagerat pentru ceea ce ei numesc „emoţii autentice”. Exprimarea unor asemenea emoţii poate fi precedată de anunţarea lor. După

anunţ, emoţia este descrisă sau, mai degrabă, prezentată în faţa grupului ca şi când ar fi o floare rară, ce trebuie privită cu veneraţie. Reacţiile celorlalţi membri sunt primite cu mare solemnitate, iar cei care iniţiază jocul au aerul experţilor unei grădini botanice. în jargonul analizei jocurilor, problema pare să fie dacă această emoţie este suficient de bună pentru a fi expusă la Târgul Naţional al Emoţiilor. O intervenţie interogativă a terapeutului poate fi respinsă vehement, ca şi când acesta ar fi un imbecil neîndemânatic care striveşte petalele fragile ale unei plante exotice care înfloreşte o dată la o sută de ani. Evident, terapeutul ştie că, pentru a înţelege anatomia şi fiziologia unei plante, poate fi necesară disecţia ei.
Antiteza. Crucială pentru progresul terapeutic, antiteza este chiar ironia mea din descrierea de mai sus.
JOCURILE NOASTRE OE TOATE ZILELE
Dacă jocul este lăsat să continue, el poate dura neschimbat ani de zile, după care pacientul poate avea senzaţia că a trecut printr-o „experienţă terapeutică", în timpul căreia şi-a „exprimat ostilitatea" şi a învăţat „să-şi gestioneze emoţiile" într-un mod care îi conferă un avantaj faţă de colegii săi mai puţin norocoşi. între timp, se vor fi întâmplat foarte puţine lucruri semnificative la nivel psihodinamic şi, cu siguranţă, investiţia de timp n-a adus un beneficiu terapeutic maxim.
Ironia din descrierea iniţială este îndreptată nu împotriva pacienţilor, ci a profesorilor lor şi a mediului cultural care încurajează o asemenea preţiozitate exagerată. O remarcă sceptică, plasată într- un moment bine ales, poate separa pacienţii de influenţele Parentale pline de preţiozitate, conducând la o vigoare mai puţin egocentrică a tranzacţiilor dintre ei. în loc să-şi cultive emoţiile într-o atmosferă sufocantă de seră, ei le pot lăsa să se dezvolte natural, pentru a le scoate la lumină când sunt coapte.
Beneficiul cel mai evident al acestui joc este cel psihologic extern, de vreme ce se evită intimitatea prin stabilirea unor condiţii speciale în care pot fi exprimate emoţiile şi a unor restricţii speciale în privinţa răspunsurilor celor prezenţi.
2. ÎNCERC DOAR SĂ TE AJUT (ÎOSTA)

Teza. Acest joc poate fi practicat în orice situaţie profesională, nefiind limitat doar la psihoterapeuţi şi asistenţi sociali. Totuşi, el poate fi întâlnit cel mai adesea şi în forma sa culminantă printre asistenţii sociali care au un anumit tip de formare. Analiza acestui joc i-a fost clarificată autorului în împrejurări curioase.
Toţi participanţii la un joc de poker renunţaseră la cărţile din mână (,/o/d"), în afară de doi: un psiholog cercetător şi un om de afaceri. Omul de afaceri, care avea o mână mare, a pariat, crescând mărimea potului („bet"); psihologul, care avea o mână imbatabilă, a ridicat miza, a plusat („raise"). Omul de afaceri părea nedumerit, în timp ce psihologul a remarcat glumeţ:
„Nu fi supărat, încerc doar să te ajut!" Omul de afaceri a ezitat şi, în final, a pus chipsurile cerute pe masă. Psihologul şi-a arătat mâna câştigătoare, iar celălalt şi-a aruncat cărţile dezgustat. Atunci, ceilalţi prezenţi s-au simţit liberi să râdă la gluma psihologului, iar perdantul a remarcat cu amărăciune: „De mare ajutor mi-ai fost!" Psihologul i-a aruncat autorului o privire cu subînţeles, caee voia să spună că gluma fusese, de fapt, la adresa profesiei de psihiatru. Acela a fost momentul în care structura acestui joc a devenit clară.
Asistentul social sau terapeutul, oricare ar fi specializarea sa, dă nişte sfaturi unui client sau pacient. Pacientul revine şi spune că sugestia n-a avut efectul scontat. Asistentul social ridică resemnat din umeri în faţa acestui eşec şi încearcă din nou. Dacă este mai atent, el poate detecta în acest moment pişcătura frustrării, dar va încerca din nou oricum. De obicei, el nu simte nevoia să-şi investigheze propriile motivaţii, deoarece ştie că mulţi dintre colegii cu o formare similară fac acelaşi lucru, el urmează procedura „corectă" şi va primi tot sprijinul din partea supervizorilor săi.
Dacă dă peste un jucător înverşunat, cum ar fi un obsesiv ostil, îi va fi tot mai dificil să evite sentimentul de inadecvare. Apoi intră în dificultate, iar situaţia se va deteriora treptat. în cel mai rău caz, poate da peste un paranoid furios, care va da buzna într-o zi, spumegând şi strigând furios: „Uite ce m-ai împins să fac!" Apoi frustrarea sa va reveni intens sub forma gândului rostit sau nerostit: „Dar încercam doar să te ajut!"

Consternarea lui în faţa ingratitudinii îl va face să sufere considerabil, indicând motivele complexe din spatele propriului comportament. Această consternare este răsplata.
Profesioniştii veritabili nu trebuie confundaţi cu oamenii care joacă „încerc doar să te ajut” (ÎDSTA). „Cred că putem face ceva în privinţa asta”, „Ştiu ce e de făcut”, „Am fost desemnat să te ajut” sau „Plata pentru ajutorul meu va fi de...” sunt diferite de „încerc doar să te ajut”. Primele patru, dacă sunt de bună-credinţă, reprezintă oferta Adultului de a-şi pune calificarea profesională la dispoziţia pacientului sau clientului aflat în suferinţă; ÎDSTA are o motivaţie ascunsă, care este mai importantă decât capacitatea profesională de a obţine un rezultat. Această motivaţie se bazează pe poziţia că oamenii sunt nerecunoscători şi te dezamăgesc. Perspectiva succesului este alarmantă pentru Părintele profesionistului şi este o invitaţie la sabotare, pentru că succesul i-ar periclita poziţia. Jucătorul de ÎDSTA trebuie să fie asigurat că ajutorul nu va fi acceptat, indiferent cât de asiduu va fi oferit. Clientul răspunde cu „Uite cât de mult încerc” sau „Nu mă poţi ajuta cu nimic”. Jucătorii mai flexibili pot face un compromis: este în regulă ca oamenii să accepte ajutorul, cu condiţia ca acest lucru să le ia mult timp.
Ca atare, terapeuţii au tendinţa să se scuze pentru obţinerea unor rezultate rapide, deoarece ştiu că unii dintre colegii lor îi vor critica pentru asta la şedinţele personalului. La polul opus faţă de jucătorii înverşunaţi de ÎDŞTA — printre care se numără asistenţii sociali — se află avocaţii buni, care îşi ajută clienţii fără implicare personală sau sentimentalisme. Aici, măiestria profesională ia locul înverşunării ascunse.
Unele şcoli de asistenţă socială par să fie în primul rând academii de formare a jucătorilor profesionişti de ÎDSTA, iar absolvenţilor lor nu le este deloc uşor să înceteze să-l mai joace. Un exemplu elocvent pentru cele afirmate mai sus poate fi găsit în descrierea jocului complementar „Sărmanul”.
ÎDSTA şi variantele sale sunt uşor de găsit în viaţa de zi cu zi. Este jucat de prietenii de familie şi de rude (de exemplu, „Pot să-ţi fac eu rost de asta angro”) şi de către adulţii care fac muncă voluntară cu copiii comunităţii. Este un joc preferat al părinţilor, iar jocul

complementar practicat de odrasle este, de obicei, „Uite ce m- ai împins să fac”. Din punct de vedere social, ar putea fi o variantă a „Neîndemânaticului”, în care paguba este făcută mai degrabă prin ajutorul dat, decât prin impulsivitate; aici, clientul este reprezentat de o victimă care poate juca „De ce mi se întâmplă întotdeauna mie?” sau una din variantele sale.
Antiteza. Profesionistul are la îndemână câteva modalităţi de a gestiona invitaţia la acest joc, iar alegerea lui va depinde de stadiul relaţiei dintre el şi pacient, în special de atitudinea Copilului pacientului.
1. Antiteza psihanalitică clasică este cea mai radicală şi cel mai greu de tolerat de către pacient. Invitaţia este complet ignorată. Atunci, pacientul încearcă tot mai mult. în cele din urmă cade într-o stare de disperare, manifestată prin furie sau depresie, care este semnul caracteristic că un joc a fost refuzat. Situaţia poate conduce la o confruntare utilă.
2. La prima invitaţie poate fi încercată o confruntare mai blândă (însă nu înţelegătoare). Terapeutul afirmă că este terapeutul pacientului, şi nu şeful lui.
3. O procedură şi mai blândă este introducerea pacientului într-un grup de terapie, lăsându-i pe ceilalţi pacienţi să gestioneze problema.
4. în cazul unui pacient cu o tulburare acută poate fi necesar să-i faci jocul într-o primă fază. Aceşti pacienţi ar trebui trataţi de către un psihiatru, care, fiind cadru medical, poate prescrie atât medicamente, cât şi anumite măsuri de igienă valoroase încă în tratamentul unor asemenea oameni, chiar şi în era actuală a tranchilizantelor. Dacă, pe lângă medicaţie, medicul prescrie un regim de igienă care poate include băi, exerciţii, perioade de odihnă şi mese regulate, atunci pacientul (1) respectă regimul şi se simte mai bine;
(2) respectă regimul cu stricteţe şi se plânge că nu-l ajută; (3) menţionează nonşalant că a uitat să respecte indicaţiile sau că a abandonat regimul pentru că nu-i folosea la nimic. în al doilea şi al treilea caz, este la latitudinea psihiatrului să decidă dacă pacientul este apt pentru o analiză a jocurilor în acel moment sau dacă sunt indicate alte forme de tratament, care să-l pregătească pentru

psihoterapia ulterioară. înainte să decidă pasul următor, psihiatrul trebuie să evalueze cu atenţie relaţia dintre adecvarea regimului şi tendinţa pacientului de a-l folosi în jocuri.
Pe de altă parte, pentru pacient antiteza este „Nu-mi spune tu ce să fac ca să mă ajut, ci îţi spun eu ce să faci ca să mă ajuţi”. Dacă terapeutul este cunoscut a fi un „Neîndemânatic”, antiteza corectă a pacientului este „Nu mă ajuta pe mine, ci ajută-l pe el”. Dar jucătorii duri de „încerc doar să te ajut” sunt lipsiţi, în general, de simţul umorului. De regulă, mutările antitetice din partea pacientului sunt primite nefavorabil şi pot avea ca rezultat antipatia pe viaţă a terapeutului. în viaţa de zi cu zi, asemenea mutări nu trebuie iniţiate decât dacă eşti pregătit să le aplici fără milă până la capăt şi să-ţi asumi consecinţele. De exemplu, refuzarea unei rude care joacă „Pot să-ţi fac eu rost de asta angro” poate produce complicaţii domestice serioase.

ANALIZĂ

Teza: Nimeni nu face niciodată ce-i spun. Scopul: Uşurarea

sentimentului de vinovăţie. Rolurile: Cel care oferă ajutorul,

Clientul. Psihodinamica: Masochism.
Exemple: (1) Copiii învaţă, părinţii intervin şi îi întrerup. (2) Lucrătorul social şi clientul.

Paradigma socială: Părinte-Copil.

Copil: „Ce fac acum?”

Părinte: „Uite ce trebuie să faci”.

Paradigma psihologică: Părinte-Copil.

Părinte: „Uite ce eficace sunt”.

Copil: „Te fac eu să vezi că nu eşti eficace”.

Mutările: (1) Indicaţii cerute — Indicaţii oferite.

(2) Procedură de mântuială — Reproş. (3) Demonstraţia că procedurile sunt greşite — Scuze implicite.
Beneficiile: Psihologic intern — martiriu.
(2) Psihologic extern — evitarea confruntării cu ineficacitatea. (3) Social intern — „APP", tipul Proiectiv.
(4) Social extern — „Psihiatria", tipul Proiectiv.
(5) Biologic — palme de la client, stimulări (strokes') de la supervizori. (6) Existenţial —Toţi oamenii sunt nişte nerecunoscători.

3. SĂRMANUL

Teza acestui joc este formulată cel mai bine de către Henry Miller în Colosul din Maroussi: „Probabil, evenimentele avuseseră loc în anul în care îmi căutam o slujbă fără să am nici cea mai mică intenţie s-o găsesc, Mi-am amintit că, disperat cum mă credeam atunci, nu

mă osteneam să citesc nici măcar rubrica de oferte de serviciu".*
Este unul din jocurile complementare lui „încerc doar să te ajut" (ÎDSTA), dat fiind că este jucat de asistenţii sociali care-şi câştigă pâinea astfel. „Sărmanul" este jucat la fel de profesionist şi de către clientul care îşi câştigă traiul în acest mod. Experienţa proprie a autorului cu jocul „Sărmanul" este limitată, dar următoarea descriere făcută de unul dintre cei mai străluciţi studenţi ai săi ilustrează natura acestui joc şi locul lui în societate.
Domnişoara Negru era asistent social într-o organizaţie de ajutor social care avea ca scop declarat, pentru care şi primea fonduri de la stat, redresarea economică a persoanelor sărace — ceea ce însemna, de fapt, să le ajute să găsească şi să păstreze slujbe din care să se întreţină. Clienţii acestei organizaţii „făceau progrese" continue, conform rapoartelor oficiale, dar foarte puţini dintre ei erau „redresaţi" de fapt. Acest lucru era de înţeles, se afirma, pentru că majoritatea apelau la ajutorul social de mai mulţi ani, trecând de la o organizaţie la alta, uneori fiind clienţii a cinci sau şase organizaţii în acelaşi timp, ceea ce demonstra că erau „cazuri dificile".
Datorită formării ei în analiza jocurilor, domnişoara Negru şi-a dat seama curând că personalul organizaţiei în care ea lucra juca ÎDSTA la modul foarte serios şi s-a întrebat cum răspund clienţii la

asta. Pentru a verifica, şi-a întrebat săptămânal propriii clienţi câte oportunităţi de slujbe au căutat efectiv. A descoperit cu interes că, deşi teoretic ei trebuiau să-şi caute de lucru cu asiduitate în fiecare zi, de fapt, clienţii făceau foarte puţine eforturi în această direcţie şi că uneori eforturile depuse de ei

' Henry Miller, Colosul din Maroussi, Polirom, Bucureşti, 2011, p. 105.

(N.t.

)erau de-a dreptul ironice. De exemplu, un bărbat a spus că-şi căuta de muncă răspunzând la cel puţin un anunţ pe zi. „Ce fel de muncă?” a întrebat ea. El a răspuns că voia să intre în vânzări. „E singurul tip de anunţ la care ai răspuns?” a întrebat ea din nou. El a răspuns că da, dar că, din păcate, el e bâlbâit şi asta l-a împiedicat să-şi urmeze cariera dorită. Cam în aceeaşi perioadă, superiorul ei a aflat că punea acest gen de întrebări şi a mustrat-o că-şi supune clienţii unei „presiuni” nepotrivite.

Domnişoara Negru a decis totuşi să meargă înainte şi să redreseze cu adevărat câţiva dintre ei. I-a selectat pe cei ce erau apţi fizic şi care nu păreau să aibă motive întemeiate pentru a primi fonduri sociale. Apoi a discutat cu grupul selectat despre jocurile „ÎDSTA” şi „Sărmanul”. Când membrii grupului au recunoscut că aşa stăteau lucrurile, le-a spus că, dacă nu-şi găsesc de lucru, le va tăia fondurile de ajutor social şi îi va trimite la un alt tip de organizaţie. Câţiva dintre ei şi-au găsit aproape imediat un serviciu, unii reuşind acest lucru prima dată după ani de zile. însă au fost indignaţi de atitudinea ei, iar câţiva i-au scris superiorului ei reclamându-o. Superiorul a chemat-o şi a mustrat-o mai sever, pe motiv că, deşi foştii ei clienţi aveau serviciu, ei nu erau „redresaţi cu adevărat”. Superiorul i-a dat de înţeles că se punea problema dacă s-o mai păstreze sau nu pe domnişoara Negru în organizaţie. Domnişoara Negru a încercat cu tact, atât cât putea fără a-şi periclita postul, să afle ce însemna „redresare adevărată” în opinia organizaţiei. Acest lucru n-a fost clarificat. I s-a spus doar că „punea o presiune nepotrivită” asupra oamenilor, iar faptul că aceştia îşi susţineau financiar familia pentru prima dată după ani de zile n-a fost considerat în niciun caz meritul ei.

Pentru că avea nevoie de o slujbă, iar acum era în pericol s-o piardă, unii dintre prietenii ei au încercat s-o ajute. Reputatul şef al unei clinici de psihiatrie i-a scris superiorului ei, spunându-i că auzise despre domnişoara Negru că făcuse o muncă deosebit de eficientă în beneficiul clienţilor şi întrebând dacă ea şi-ar putea expune descoperirile la o conferinţă a personalului din clinica sa. Superiorul a refuzat să-i acorde această permisiune.
în acest caz, regulile jocului „Sărmanul" au fost stabilite de organizaţie pentru a completa regulile locale ale ÎDSTA. Exista un acord tacit între asistentul social şi client care suna în felul următor:
L.S.: „O să încerc să te ajut (cu condiţia să n-o duci mai bine)".
C.: O să-mi caut de lucru (cu condiţia să nu trebuiască să-mi şi găsesc ceva)".
Dacă un client încălca acordul şi o ducea mai bine, organizaţia pierdea un client, clientul îşi pierdea câştigurile din ajutoare şi ambii se simţeau penalizaţi. Dacă un asistent social, ca domnişoara Negru, încălca acordul, făcându-l pe client să-şi găsească efectiv de lucru, organizaţia era penalizată de plângerile clienţilor, care ar fi putut atrage atenţia autorităţilor, iar clientul, din nou, îşi pierdea câştigurile din ajutoare.
Câtă vreme ambii se supuneau regulilor implicite, fiecare obţinea ceea ce voia. Clientul îşi primea câştigurile din ajutoare şi învăţa curând ce voia organizaţia în schimb: ocazia de a „oferi" ajutorul (ca parte a ÎDSTA), plus „material clinic" (pentru a-l prezenta la conferinţele „centrate pe client" ale personalului). Clientul era bucuros să se conformeze acestor cerinţe, care îi aduceau la fel de multă plăcere ca şi organizaţiei. Astfel, ambele părţi o duceau foarte bine împreună şi niciuna nu simţea deloc dorinţa de a încheia o relaţie atât de satisfăcătoare. Domnişoara Negru, de fapt, a „retras" ajutorul în loc să-l „ofere" şi a propus o prezentare pentru specialişti „centrată pe comunitate" în locul uneia „centrate pe client"; iar acest lucru i-a perturbat pe toţi ceilalţi implicaţi, în ciuda faptului că ea n-a făcut altceva decât să respecte regulamentele în conformitate cu intenţia lor declarată.
Două lucruri trebuie remarcate aici. Mai întâi, „Sărmanul", ca joc, şi nu ca stare cauzată de dizabilităţi fizice, mentale sau

economice, este jucat doar într-o proporţie limitată de clienţii ajutorului social. în al doilea rând, acest joc va fi sprijinit doar de asistenţii sociali care sunt instruiţi prin programul lor de formare să joace ÎDSTA. Acest joc nu va fi bine tolerat de către alţi asistenţi sociali.

Jocuri similare sunt „Veteranul" şi „Clinica". „Veteranul" dezvăluie aceeaşi relaţie simbiotică, de data aceasta între Administraţia Veteranilor, organizaţiile afiliate şi un anumit număr de „veterani de meserie" care au aceleaşi privilegii legitime ca foştii militari invalizi. „Clinica" este jucat de un anumit procent din cei care frecventează ambulatoriile marilor spitale. Spre deosebire de cei care joacă „Sărmanul" sau „Veteranul", pacienţii care joacă „Clinica" nu primesc nicio remuneraţie, dar obţin alte beneficii. Ei servesc unui scop social util, de vreme ce sunt dispuşi să coopereze şi să participe la formarea personalului medical şi la studiile privind procesele bolilor. Din aceasta pot obţine o satisfacţie a Adultului care nu este disponibilă jucătorilor de „Sărmanul" şi „Veteranul".

Antiteza. Dacă este indicată, antiteza constă în retragerea beneficiilor. Aici principalul risc nu-l reprezintă jucătorul însuşi, ca în majoritatea jocurilor,

ci faptul că jocul este acceptat cultural şi încurajat de jucătorii complementarului ÎDSTA. Ameninţarea vine din partea colegilor de breaslă, a publicului întărâtat, a organizaţiilor guvernamentale şi a sindicatelor protectoare. Reclamaţiile de după prezentarea unui anti- „Sărmanul" pot conduce la protestul public zgomotos „Cum aşa? Numi vine să cred!", care poate fi considerat o operaţie sau o discuţie pentru trecerea timpului sănătoasă, chiar dacă uneori descurajează sinceritatea. De fapt, întregul sistem politic american al libertăţilor democratice se bazează pe dreptul (inexistent în multe alte forme de guvernare) de a pune acea întrebare. Fără un asemenea drept, progresul social umanitar ar fi serios frânat.

4. ŢĂRANCA

Teza. Prototipul ţărăncii este săteanca bulgăroaică artritică, ce-şi vinde unica vacă pentru a strânge bani ca să se poată duce la clinica universitară din Sofia. Acolo, profesorul o consultă şi cazul ei i se pare atât de interesant, că îl prezintă într-o demonstraţie

clinică studenţilor la medicină. El subliniază nu doar patologia, simptomele şi diagnosticul, ci şi tratamentul. Această procedură o impresionează până la venerație. înainte să plece, profesorul îi dă o rețetă şi îi explică mai detaliat tratamentul. Ea este copleşită de admirație pentru cunoştinţele lui şi îi spune echivalentul bulgar pentru „Vai, sunteţi minunat, domnule profesor!” însă ea nu-şi cumpără niciodată rețeta. în primul rând pentru că în satul ei nu există farmacie; în al doilea rând, chiar dacă ar avea aşa ceva, ea n-ar lăsa din mână o hârtie atât de preţioasă. Plus că nici nu are posibilitatea să urmeze restul tratamentului, cum ar fi dieta, hidroterapia şi aşa mai departe. Ea trăieşte în continuare cu acelaşi beteşug, dar fericită că acum poate spune tuturor ce tratament minunat i-a prescris marele profesor din Sofia, faţă de care îşi exprimă recunoştinţa în fiecare seară în rugăciunile ei.
Câţiva ani mai târziu, profesorul, într-o stare de spirit nu prea bună, trece din întâmplare prin satul ei în drum spre un pacient bogat, dar pretenţios. îşi aminteşte de ţărancă atunci când ea se repede să-i sărute mâna şi să-i aducă aminte ce regim minunat i-a dat cu ani în urmă.
El acceptă afabil laudele şi are o satisfacţie deosebită când ea îi spune cât de bine i-a făcut tratamentul. De fapt, el este atât de încântat, încât nici nu observă că femeia şchiopătează la fel de rău ca înainte.
Din punct de vedere social, „Ţăranca” este jucat într-o formă inocentă şi una disimulată, ambele cu motto-ul: „Vai, sunteţi minunat, domnule Murgatroyd!”
(VSMDM). în forma inocentă, Murgatroyd chiar este minunat. El este un poet, pictor, filantrop sau om de ştiinţă celebru şi, adesea, tinerele naive călătoresc foarte mult în speranţa de a-l întâlni, pentru a putea sta în adorație la picioarele lui, idealizându-i defectele.
O femeie mai sofisticată, care-şi propune în mod deliberat să aibă o relație sau să se mărite cu un asemenea om, pe care îl admiră şi apreciază sincer, poate fi perfect conştientă de slăbiciunile lui. Ea le poate chiar exploata pentru a obține ceea ce dorește. în cazul acestor două tipuri de femei, jocul apare din idealizarea sau

exploatarea defectelor, inocenţa constând în respectul lor autentic pentru realizările lui, pe care sunt capabile să le evalueze corect. în forma disimulată, Murgatroyd, „minunat” sau nu, dă peste o femeie incapabilă să-l aprecieze în vreo privinţă; poate că este o prostituată de lux. Ea joacă
„Sărmanul de mine” şi foloseşte „VSMDM” doar ca mijloc de a-l flata, pentru a-şi atinge propriile scopuri, în sinea ei, fie este tulburată de el, fie îl ia în derâdere, însă nu-i pasă deloc de el şi tot ceea ce vrea sunt beneficiile materiale care vin odată cu el.
Din punct de vedere clinic, „Ţăranca” este jucat în două forme similare, cu motto-ul „Vai, sunteţi minunat, domnule profesor!” (VSMDP). în forma inocentă, pacienta se poate simţi bine atâta timp cât va crede în VSMDP, ceea ce obligă terapeutul la un comportament decent atât în public, cât şi în viaţa personală. în forma disimulată, pacienta speră că terapeutul îi va răspunde la VSMDP şi va gândi despre ea: „Eşti neobişnuit de perspicace!” (ENP). Odată adus în această poziţie, îl poate face să pară ridicol, pentru a trece apoi la un alt terapeut; dacă nu poate fi păcălit aşa de uşor, s-ar putea ca el să fie capabil s-o ajute.
Cel mai simplu mod în care pacienta poate câştiga VSMDP este să nu se simtă mai bine. Dacă este mai răutăcioasă, poate depune mai multe eforturi pentru a-l face pe terapeut să pară ridicol. O femeie a jucat VSMDP cu psihiatrul ei, fără nicio ameliorare a simptomelor; într-un final a plecat de la el cu multe plecăciuni şi scuze. Apoi i-a cerut ajutorul preotului ei, jucând VSMDP şi cu el. După câteva săptămâni, l-a atras într-un joc de „Viol” de gradul doi. Apoi i-a povestit confidenţial vecinei, peste gardul din fundul curţii, ce dezamăgită a fost că un om aşa de treabă ca reverendul Negru a putut, într-un moment de slăbiciune, să-i facă avansuri unei femei cinstite şi neatrăgătoare ca ea. După cum o ştia pe soţia lui, sigur că aceasta l-ar putea ierta, dar totuşi... etc. Această destăinuire a fost doar o scăpare nechibzuită şi abia după aceea şi-a amintit „cu groază” că vecina făcea parte din comitetul de doamne al bisericii. Cu psihiatrul a câştigat prin faptul că nu s-a simţit mai bine; cu preotul a câştigat seducându-l, deşi nu voia să recunoască acest lucru. însă un al doilea terapeut a introdus-o într-un grup de terapie unde n-a mai putut face manevrele ei

obişnuite. Apoi, fără VSMDP şi ENP care să-i umple timpul terapiei, a început să-şi examineze propriul comportament mai îndeaproape şi, cu ajutorul grupului, a reuşit să renunţe la ambele sale jocuri: VSMDP şi „Violul”.

Antiteza. Terapeutul trebuie mai întâi să decidă dacă jocul este practicat în mod inocent şi, dacă da, să-l lase să continue spre binele pacientei, până când Adultul ei este suficient de întărit încât să suporte riscul unor contramăsuri. Dacă nu este un joc inocent, atunci contramăsurile pot fi luate cu prima ocazie, după ce pacienta a fost pregătită suficient de bine încât să înţeleagă ce se întâmplă. Atunci terapeutul trebuie să refuze cu fermitate să dea sfaturi, iar când pacienta începe să protesteze, trebuie să-i spună foarte clar că nu este vorba despre „neutralitatea” terapeutului, ci de o politică bine gândită. în timp, refuzurile lui pot fie să o înfurie pe pacientă, fie să-i precipite simptome acute de anxietate. Următorul pas depinde de gravitatea stării pacientei. Dacă este prea afectată, reacţiile ei acute trebuie gestionate prin proceduri psihiatrice sau analitice adecvate, pentru restabilirea situaţiei terapeutice. Primul obiectiv pentru a trata forma disimulată a acestui joc este separarea Adultului de Copilul ipocrit, astfel încât să se poată face analiza jocului.

în situaţiile sociale, trebuie evitate familiarităţile cu jucătorii inocenţi de „VSMDM”, dată fiind impresionabilitatea lor. Pe de altă parte, femeile care joacă forma disimulată de „VSMDM” pot fi uneori interesante şi inteligente dacă vor fi dezvăţate de acest joc şi se pot dovedi o completare încântătoare a cercului social familial.

5. PSIHIATRIA

Teza. Psihiatria ca procedură trebuie distinsă de „Psihiatria” ca joc. Conform datelor actuale prezentate sub o formă clinică adecvată în publicaţiile ştiinţifice, următoarele abordări, printre altele, sunt valoroase în tratarea afecţiunilor psihiatrice: terapia prin şocuri, hipnoza, medicaţia, psihanaliza, ortopsihiatria şi terapia de grup. Există şi altele mai puţin folosite, care nu vor fi amintite aici. Oricare dintre ele poate fi folosită în jocul „Psihiatria”, care se bazează pe poziţia „Sunt un vindecător” susţinută de o diplomă: „Aici scrie că sunt un vindecător”. Trebuie remarcat că această

poziţie este, în orice caz, una constructivă, binevoitoare, iar cei care joacă „Psihiatria” pot face foarte mult bine dacă sunt pregătiţi profesional.
însă este foarte probabil ca rezultatele terapeutice să fie şi mai bune dacă zelul terapeutic este temperat. Antiteza a fost cel mai bine exprimată cu mult timp în urmă de către chirurgul Ambroise Paré, care spunea:
„Eu îi tratez, dar Dumnezeu îi vindecă”. Fiecare student la medicină învaţă acest dicton, împreună cu altele, precum primum non nocere („mai întâi, să nu faci rău”) şi expresii de genul vis medicatrix naturae („puterea vindecătoare a naturii”). însă este mai puţin probabil ca terapeuţii fără pregătire medicală să cunoască aceste avertismente din vechime. Poziţia „Sunt un vindecător pentru că aici scrie că sunt vindecător” are multe şanse să devină mai degrabă o piedică şi poate fi înlocuită benefic cu ceva de genul: „Voi aplica procedurile terapeutice pe care le-am învăţat, în speranţa că ele vor fi de vreun folos”. Acest lucru permite evitarea posibilităţii unor jocuri de genul: „Dat fiind că eu sunt un vindecător, e vina ta dacă nu te faci bine” (cum ar fi „încerc doar să te ajut”) sau „Dat fiind că tu eşti un vindecător, o să mă fac bine pentru tine” (cum ar fi „Ţăranca”). Bineînţeles că orice terapeut conştient cunoaşte, în principiu, toate aceste lucruri. Cu siguranţă, orice terapeut care a prezentat vreodată un caz într-o clinică de renume a fost prevenit în această privinţă. Invers, o clinică bună poate fi definită ca una care atrage atenţia terapeuţilor săi asupra acestor lucruri.
Pe de altă parte, jocul „Psihiatria” este mai probabil să apară în cazul pacienţilor care au fost trataţi anterior de terapeuţi mai puţin competenţi. Unii pacienţi, de pildă, îşi aleg cu grijă psihanalişti slabi, trecând de la unul la altul, demonstrând astfel că ei nu pot fi vindecaţi, dar învăţând între timp să joace din ce în ce mai bine jocul „Psihiatria”; în cele din urmă, chiar şi pentru un clinician de primă mână devine dificil să separe grâul de neghină. Tranzacţia dublă din partea pacientului este:
Adult: „Vin să fiu vindecat”.
Copil: „N-o să mă vindeci niciodată, dar o să mă înveţi cum să fiu un nevrotic mai bun (cum să joc mai bine jocul «Psihiatria»)”.

„Sănătatea mintală” este jucat într-un mod similar; aici, declaraţia Adultului este: „Totul va fi mai bine dacă aplic principiile sănătăţii mintale pe care le-am citit sau despre care am auzit”. 0 pacientă a învăţat să joace „Psihiatria” de la un terapeut, „Sănătatea mintală” de la altul, iar apoi, în urma altui efort, a început să practice destul de bine jocul „Analizei tranzacţionale”. Când s-a discutat în mod deschis cu ea acest lucru, a fost de acord să nu mai joace „Sănătatea mintală”, dar a cerut permisiunea să continue să joace „Psihiatria”, pentru că o făcea să se simtă confortabil. Psihiatrul analist tranzacţional a acceptat. Ca atare, a continuat timp de câteva luni să-şi recite săptămânal visele şi interpretările pe care le dădea acestora. în final, poate parţial şi din recunoştinţă, a decis că ar putea fi interesant să afle care era problema ei reală. A devenit interesată în mod serios-de analiza tranzacţională, având rezultate bune.

O variantă a „Psihiatriei” este „Arheologia” (numele şi-l datorează doctorului Norman Reider, din San Francisco), în care pacienta adoptă poziţia conform căreia, dacă află de la cine i s-a tras buba, ca să zicem aşa, totul va fi dintr-odată în regulă. Aceasta are ca rezultat o ruminaţie continuă asupra întâmplărilor din copilărie.

Uneori, terapeutul poate fi atras în jocul „Critica”, în care pacienta îşi descrie emoţiile din diverse situaţii, iar terapeutul îi spune ce nu este în regulă cu ele. „Exprimarea de sine”, joc obişnuit în unele terapii de grup, se bazează pe dogma „Emoţiile sunt bune”.

Un pacient care foloseşte înjurături vulgare, de pildă, poate fi aplaudat sau, cel puţin, aplaudat implicit.

Totuşi, un grup cu experienţă va identifica repede acest lucru drept joc.

Unii membri ai grupurilor de terapie devin chiar experţi în identificarea jocului „Psihiatria” şi-i atrag atenţia foarte repede unui nou pacient dacă ei consideră că acesta joacă „Psihiatria” sau „Analiza tranzacţională”, în loc să folosească procedurile de grup pentru a obţine un insight legitim. O femeie care se transferase dintr- un grup de tip „Exprimare de sine” într-un alt grup, mai dezvoltat, din alt oraş, a relatat o poveste despre o relaţie incestuoasă din copilăria ei. în locul reacţiei de

uimire tulburată cu care era obişnuită ori de câte ori spunea mult repetata poveste, a fost întâmpinată cu indiferenţă, lucru care a înfuriat-o. A descoperit uluită că noul grup era mai interesat de furia ei tranzacţională decât de incestul din trecutul ei; scoasă din fire, le- a azvârlit în faţă ceea ce, în mintea ei, era insulta supremă: i-a acuzat că nu sunt freudieni. Bineînţeles că Freud însuşi a luat psihanaliza mult mai în serios şi a evitat s-o transforme într-un joc, spunând că nici el însuşi nu este „freudian".

0 variantă a „Psihiatriei" recent descoperită se numeşte „Dar spune- mi..." şi este întru câtva asemănătoare cu discuţia pentru trecerea timpului la petreceri „Douăzeci de întrebări". Albul povesteşte un vis sau un incident, apoi ceilalţi membri, adesea inclusiv terapeutul, încearcă să-l interpreteze punând întrebări pertinente. Câtă vreme Albul dă răspunsuri, fiecare membru continuă să întrebe până când găseşte o întrebare la care Albul nu poate răspunde. Atunci Negrul se lasă pe spate, afişând o privire de cunoscător care spune: „Aha! Dacă ai putea răspunde la acea întrebare, cu siguranţă ţi-ar fi mai bine, deci eu mi-am îndeplinit rolul meu". (Acesta este o rudă mai îndepărtată a jocului „De ce nu-Da, dar".) Unele grupuri de terapie se bazează aproape în întregime pe acest joc şi pot continua ani de zile, cu schimbări sau progrese minime. „Dar spune-mi..." îi lasă o mare libertate Albului (pacientul) care, de exemplu, se poate adapta jocului simţindu-se neputincios; sau îl poate contracara răspunzând tuturor întrebărilor care i s-au pus, caz în care furia şi exasperarea celorlalţi devin rapid vizibile, dat fiind că el le-o întoarce: „V-am răspuns la toate întrebările şi tot nu m-aţi vindecat. Ce spune asta despre voi?"

„Dar spune-mi..este jucat, de asemenea, şi în şcoli, unde elevii ştiu că răspunsul „corect" la o întrebare deschisă pusă de un anumit gen de profesor nu poate fi dat prin procesarea informaţiilor factuale, ci prin ghicirea lui dintre mai multe variante posibile care l-ar mulţumi

pe profesor. 0 variantă pedantă apare în orele de greacă veche; profesorul se află întotdeauna în avantaj faţă de elev, poate oricând să-l facă să pară prost şi o poate dovedi indicând un

anumit pasaj obscur din textul manualului. Aceeaşi variantă se joacă adesea şi în predarea ebraicii.

6. PROSTUL

Teza. în forma sa mai moderată, teza jocului „Prostul” este: „Râd cu tine de propria mea neîndemânare şi prostie”. însă oamenii cu tulburări grave îl pot juca într-un mod ursuz, care spune: „Sunt prost, aşa sunt eu, aşa că fă-mi ceva”. Ambele forme sunt jucate dintr-o poziţie depresivă. „Prostul” trebuie deosebit de „Neîndemânaticul”, în care poziţia este mai agresivă, iar neîndemânarea constituie invitaţia la iertare. Trebuie să fie deosebit, de asemenea, şi de „Clovnul”, care nu este un joc, ci o discuţie pentru trecerea timpului ce întăreşte poziţia „Sunt simpatic şi inofensiv”. Tranzacţia esenţială în „Prostul” este ca Albul să-l determine pe Negru să-l facă „prost” sau să-i răspundă ca şi cum ar fi prost. Prin urmare, Albul se comportă ca un Neîndemânatic, dar nu-şi cere iertare; de fapt, iertarea îl incomodează,

pentru că îi ameninţă poziţia. Sau se comportă ca un clovn, dar fără să dea de înţeles că glumeşte; vrea ca purtarea să-i fie luată în serios, ca dovadă a unei prostii reale. Există un beneficiu extern considerabil deoarece ,cu cât Albul învaţă mai puţin, cu atât poate juca mai eficient. Prin urmare, el n-are nevoie să studieze la şcoală, iar la muncă n-are nevoie să-şi iasă din rutină pentru a învăţa ceva ce i-ar putea aduce o avansare. El a ştiut încă de la o vârstă fragedă că toţi vor fi mulţumiţi de el atâta vreme cât este prost, în ciuda oricăror dovezi că el nu e chiar aşa de prost. Oamenii sunt surprinşi când, în perioade de stres, el decide să se arate aşa cum este şi se dovedeşte că nu e prost deloc — la fel cum nici Prâslea din basme nu e nicidecum „ăl mai prost”.

Antiteza. în cazul formei moderate, antiteza este simplă. Dacă nu intră în joc, dacă nu ia în râs neîndemânarea şi nu-şi bate joc de prostie, jucătorul lui anti-”Prostul” îşi va face un prieten pe viaţă. Unul dintre aspectele subtile ale acestui joc este că el e jucat adesea de către personalităţile ciclotimice sau maniaco-depresive. Când aceşti oameni sunt euforici, par să-şi dorească realmente ca toţi cei din jurul lor să li se alăture atunci când râd de propria persoană. Şi adesea este greu să n-o faci, pentru că lasă impresia că îl vor respinge pe cel care se abţine — ceea ce şi fac într-un fel, pentru că le ameninţă poziţia şi le strică jocul. Dar când sunt deprimaţi şi resentimentele faţă de cei care au râs cu ei sau de ei ies la iveală, cel care s-a abţinut ştie că a procedat corect. El poate fi singurul om pe care pacientul este dispus să-l primească în camera lui sau cu care acceptă să vorbească atunci când este retras, toţi ceilalţi foşti „prieteni” care s-au bucurat de joc fiind acum trataţi ca duşmani.

Este inutil să-i spui Albului că, de fapt, nu este prost. El poate avea o inteligenţă realmente limitată, de care să fie foarte conştient; acest lucru poate fi şi punctul de la care a pornit iniţial jocul.

Totuşi, pot exista domenii speciale în care el este superior: intuiţia psihologică este adesea unul dintre ele. Nu strică să-i fie arătat respectul
cuvenit pentru asemenea aptitudini, dar acest lucru înseamnă cu totul altceva decât încercările stângace de „susţinere”. Cele din urmă îi pot da satisfacţia amară că ceilalţi sunt şi mai proşti decât el, însă asta este o slabă consolare. în mod cert, asemenea „susţineri” nu constituie procedura terapeutică cea mai inteligentă; de obicei reprezintă o mutare într-un joc de tipul „încerc doar să te ajut”. Antiteza la „Prostul” nu constă în înlocuirea lui cu un alt joc, ci pur şi simplu în abţinerea de la a juca „Prostul”.
Antiteza formei ursuze este o problemă mai complicată, pentru că jucătorul ursuz nu încearcă să provoace râsul sau batjocura, ci neajutorarea sau exasperarea, pe care ştie foarte bine să le gestioneze în concordanţă cu provocarea sa „Fă-mi ceva”. în felul acesta, el câştigă oricum. Dacă Negrul nu face nimic, motivul este că se simte neajutorat, iar dacă face ceva, motivul este că a ajuns la exasperare. Astfel, aceşti oameni sunt înclinaţi să joace şi „De ce nu-Da, dar”, din care pot obţine aceleaşi satisfacţii într-o formă mai moderată. în acest caz nu există o soluţie simplă şi nici nu este probabil să apară una până când psihodinamica acestui joc nu este înţeleasă mai bine.
7. PICIORUL DE LEMN
Teza. Forma cea mai dramatică a jocului „Piciorul de lemn” este „Invocarea nebuniei”. Aceasta poate fi tradusă în termeni tranzacţionali în felul următor:
„La ce vă aşteptaţi de la cineva zdruncinat emoţional ca mine — să mă abţin să ucid oameni?” La care juraţilor li se cere să răspundă: „Nu, desigur, ţie nu ţi-am impune această restricţie!”
„Invocarea nebuniei” ca joc juridic este acceptabilă în cultura americană şi este diferită de principiul, respectat aproape universal, conform căruia un individ poate suferi de o psihoză atât de profundă, încât nicio persoană rezonabilă nu s- ar aştepta ca el să fie responsabil pentru faptele sale. Beţia în Japonia şi serviciul militar pe timp de război în Rusia sunt acceptate ca scuze pentru

eludarea responsabilităţii pentru tot felul de comportamente scandaloase (conform informaţiilor mele).
Teza „Piciorului de lemn” este: „La ce să te aştepţi de la un om cu picior de lemn?” Dacă se pune aşa problema, sigur că nimeni nu se aşteaptă la nimic din partea unui om cu picior de lemn decât să-şi mişte singur scaunul cu rotile. Pe de altă parte, în timpul celui de-al Doilea Război Mondial a existat un bărbat cu un picior de lemn care făcea demonstraţii de dans foarte reuşite în centrele de amputare ale spitalelor armatei. Există persoane cu cecitate care practică avocatura şi ocupă posturi politice (o asemenea persoană este actualmente primar în oraşul natal al autorului), sunt persoane fără auz care practică psihiatria şi oameni fără mâini care pot folosi o maşină de scris.
Atâta timp cât cineva cu o dizabilitate reală, exagerată sau chiar imaginară, este împăcat cu soarta sa, poate că n-ar trebui să se amestece nimeni. Dar în momentul în care persoana respectivă se prezintă singură pentru tratament psihiatric, se pune întrebarea dacă îşi trăieşte viaţa în propriul beneficiu şi dacă îşi poate depăşi dizabilitatea. în această ţară, terapeutul va lucra într-un mod contrar opiniei unei largi părţi a publicului educat. Chiar şi rudele apropiate ale pacientului, care s-au plâns cel mai tare de inconvenientele aduse de infirmitatea lui, se pot întoarce, în cele din urmă, împotriva terapeutului dacă pacientul face progrese decisive. Acest lucru este uşor de înţeles pentru un specialist în analiza jocurilor,

dar nu-i face sarcina mai uşoară. Toţi cei care jucau „încerc doar să te ajut” sunt ameninţaţi de o iminentă întrerupere a jocului dacă pacientul dă semne că se poate descurca pe cont propriu şi, uneori, iau măsuri aproape incredibile pentru a pune capăt tratamentului.
Ambele părţi sunt ilustrate în cazul clientului bâlbâit al domnişoarei Negru menţionat în cadrul discuţiei jocului „Sărmanul”. Acest bărbat juca o formă clasică a „Piciorului de lemn”. Nu-şi putea găsi o slujbă, lucru pe care l-a atribuit corect faptului că era bâlbâit, dat fiind că singura carieră care-l interesa era cea de agent de vânzări. Ca om liber, avea dreptul să-şi caute

de lucru în orice domeniu dorea, dar ca bâlbâit, alegerea sa ridica nişte semne de întrebare în privinţa inocenţei motivelor sale. Reacţia organizaţiei la încercarea domnişoarei Negru de a întrerupe acest joc a fost total nefavorabilă pentru ea.
„Piciorul de lemn” este deosebit de dăunător în practica clinică, pentru că pacientul poate găsi un terapeut care joacă acelaşi joc şi invocă aceeaşi scuză, astfel încât progresul să fie imposibil. Acest lucru este relativ uşor de realizat în cazul „Invocării ideologiei”: „La ce te aştepţi de la un om care trăieşte într-o societate ca a noastră?” Un pacient a combinat-o cu „Invocarea psihosomaticului”: „La ce te aştepţi de la un om cu simptome psihosomatice?” El a găsit o serie de terapeuţi care au acceptat una dintre invocări, dar nu şi pe cealaltă, astfel încât niciunul dintre ei n-a reuşit nici să-l facă să se simtă confortabil în poziţia lui curentă — acceptându-i ambele lucruri invocate — şi nici să-l clintească din ea, respingându-i-le pe amândouă, în acest fel, el a dovedit că psihiatria (psihoterapia) nu-i putea ajuta pe oameni.
Unele dintre lucrurile invocate de pacienţi pentru a-şi scuza comportamentul simptomatic sunt: răcelile, rănile la cap, stresul conjunctura!, stresul vieţii modeme, cultura americană şi sistemul economic. Un jucător instruit găseşte fără probleme autorităţi care să-l susţină. „Beau pentru că sunt irlandez.” „Nu s-ar fi întâmplat asta dacă trăiam în Rusia sau Tahiti.” Realitatea este că pacienţii din spitalele de boli mintale din Rusia şi Tahiti sunt foarte asemănători cu cei din spitalele americane'. Scuzele speciale, de genul „Dacă n-ar fi fost ei” sau „Ei m-au dezamăgit”, trebuie evaluate întotdeauna cu mare atenţie în practica clinică — şi în proiectele de cercetare socială. Ceva mai complexe sunt scuzele precum: La ce te aştepţi de la un om care (a) provine dintr-o familie destrămată (b) este nevrotic (c) este în analiză sau (d) suferă de o boală cunoscută drept alcoolism? Acestea sunt depăşite însă ca amploare de „Dacă încetez să mai fac acest lucru, n-o să-l mai pot analiza, şi atunci n-o să mă mai fac bine niciodată”.
Reversul „Piciorului de lemn” este „Ricşa”, cu teza: „Dacă ar fi avut (ricşe) (omitorinci cu cioc de raţă)

(fete care vorbesc egipteana antică) în oraşul ăsta, n-aş fi intrat niciodată într-o asemenea încurcătură”.
Antiteza. Anti-”Picior de lemn” nu este dificil dacă terapeutul poate face o distincţie clară între propriul Părinte şi Adult şi dacă scopul terapiei este înţeles în mod explicit de ambele părţi.
în ceea ce priveşte Părintele, acesta poate fi unul „bun” sau unul „aspru”. Ca Părinte „bun”, el poate accepta scuza invocată de pacient, mai ales dacă se potriveşte cu propriile-i vederi şi, poate, cu raţionalizarea că oamenii nu sunt responsabili pentru acţiunile lor până când nu-şi finalizează terapia. Ca Părinte „aspru” el poate respinge scuza invocată şi se

Berne, E., „The Cultural Problem: Psychopathology în Tahiti”,

American Journal of Psychiatry, 116:1076-1081,1960.

poate angaja într-o luptă de putere cu pacientul. Ambele atitudini îi sunt deja familiare jucătorului de „Picior de lemn”, care ştie cum să obţină maximum de satisfacţie din fiecare dintre ele.

Ca Adult, terapeutul refuză ambele oportunităţi. Când pacientul întreabă „La ce te aştepţi de la un nevrotic?” (sau ceva legat de orice altă scuză foloseşte pe moment), replica este: „Nu mă aştept la nimic. întrebarea este la ce aştepţi tu de la tine?” Singura lui cerinţă este ca pacientul să dea un răspuns serios la această întrebare şi singura concesie pe care o face este să-i acorde pacientului o perioadă rezonabilă de timp pentru a

răspunde: oricât între şase săptămâni şi şase luni, în funcţie de relaţia dintre ei şi de pregătirea anterioară a pacientului

.JOCURI BUNE

Aflat în poziţia optimă, poate chiar unică, de a studia în mod adecvat jocurile, psihiatrul (sau psihoterapeutul) are de-a face, din păcate, aproape numai cu oameni ale căror jocuri i-au pus în dificultate. Asta înseamnă că jocurile oferite investigaţiei clinice sunt, într-un anumit sens, cele „rele". Şi dat fiind că, prin definiţie, jocurile se bazează pe tranzacţii ascunse, ele toate trebuie să conţină un element de exploatare. Din aceste două motive, cel practic, pe de o parte, şi cel teoretic, pe de alta, căutarea jocurilor „bune" devine o sarcină dificilă. Un joc „bun" poate fi descrjs ca unul a cărui contribuţie socială depăşeşte complexitatea motivaţiilor sale, mai ales dacă jucătorul s-a împăcat cu acele motivaţii la modul serios şi fără cinism. Cu alte cuvinte, un joc „bun" este acela care contribuie atât la starea de bine a celorlalţi jucători, cât şi la dezvoltarea persoanei agentului. întrucât până şi în cele mai bune forme de acţiune şi organizare socială o mare parte din timp trebuie consumată prin jocuri, căutarea jocurilor „bune" trebuie continuată cu asiduitate. Aici sunt oferite câteva exemple, însă recunoaştem că numărul şi calitatea lor

JOCURILE NOASTRE DE TOATE ZILELE

lasă de dorit. Aceste jocuri sunt: „Vacanţa şoferului de autobuz", „Cavalerul", „Bucuros să fiu de ajutor", „înţeleptul modest", „Vor fi bucuroşi că m-au cunoscut".

1. VACANŢA ŞOFERULUI OE AUTOBUZ

Teza. La drept vorbind, aceasta este mai degrabă o discuţie pentru trecerea timpului decât un joc, fiind constructiv, desigur, pentru toţ

icei implicaţi. Un curier poştal american care se duce la Tokio pentru a ajuta un poştaş japonez sau un medic orelist care-şi petrece vacanţa lucrând într-un spital din Haiti se vor simţi probabil la fel de remontaţi şi vor avea poveşti la fel de pitoreşti de spus ca atunci când ar fi fost în vacanţă la o vânătoare de lei în Africa sau şi- ar fi petrecut timpul gonind pe autostrăzile transcontinentale. Peace Corps" a dat acum oficial undă verde pentru „Vacanţa şoferului de autobuz".
Totuşi, „Vacanţa şoferului de autobuz" devine un joc dacă activitatea este secundară faţă de un motiv ascuns şi dacă este realizată doar de faţadă, pentru a se obţine altceva. Dar chiar şi în aceste situaţii îşi păstrează calitatea constructivă şi este una dintre cele mai lăudabile acoperiri pentru alte activităţi (care pot fi tot constructive).
Program federal american de voluntariat, ai cărui membri lucrează în străinătate 24 de luni după o formare prealabilă de trei luni. (N.t.)
2. CAVALERUL
Teza. Acesta este un joc practicat de bărbaţii care nu se află sub imperiul tensiunii sexuale — uneori de către tineri care au o căsnicie sau o relaţie satisfăcătoare, dar
adesea de către bărbaţi mai în vârstă care s-au resemnat
»
elegant cu monogamia sau celibatul. Când întâlneşte un subiect feminin potrivit, Albul profită de orice ocazie pentru a-i sublinia calităţile, fără a depăşi însă niciodată limitele impuse de poziţia ei socială, situaţia socială dată şi cerinţele bunelor maniere. Dar în cadrul acestor limite, îşi permite să-şi manifeste liber creativitatea, entuziasmul şi originalitatea. Scopul nu este seducţia, ci expunerea propriei măiestrii în arta de a face complimente. Beneficiul social intern constă în plăcerea produsă femeii prin această artă inocentă şi în
răspunsul apreciativ al acesteia faţă de abilităţile Albului. în cazurile în care amândoi sunt conştienţi de natura jocului, acesta poate fi dus până la extravaganţă, spre deliciul crescând al ambelor părţi. Un om de lume va şti, desigur, când să se oprească

şi nu va continua dincolo de punctul în care încetează să mai fie amuzant (din consideraţie pentru eă) sau în care calitatea a ceea ce oferă începe să scadă (din consideraţie pentru propria mândrie de artist). „Cavalerul” este jucat pentru beneficiile sale sociale externe de către poeţi, care sunt interesaţi la fel — dacă nu chiar mai mult — de aprecierea criticilor calificaţi şi a publicului larg, ca şi de răspunsul doamnei care i-a inspirat.
Europenii, în scrierile romantice, şi britanicii, în poezie, par să fi fost întotdeauna mai pricepuţi la acest joc decât americanii. în ţara noastră, jocul a căzut pe mâna şcolii de poezie „Piaţa de fructe”: ochii tăi sunt ca doi avocado, buzele tale sunt precum castraveţii etc. 212 JOCURILE NOASTRE DE TOATE ZILELE
în materie de eleganţă, „Cavalerul” de tip „Piaţa de fructe” nu se compară cu operele lui Herrick şi Lovelace, şi nici măcar cu lucrările cinice, dar pline de imaginaţie ale lui Rochester, Roscommon şi Dorset.
Antiteza. O femeie trebuie să fie destul de sofisticată pentru a-şi juca bine rolul, şi foarte ursuză sau proastă ca să refuze să-l joace. Un joc complementar adecvat este o variantă de „Vai, sunteţi minunat, domnule Murgatroyd!” (VSMDM), şi anume: „Vă admir lucrările, domnule M.!” Dacă femeia acţionează mecanic sau nu este receptivă, ea poate răspunde cu un simplu VSMDM, dar scapă astfel esenţialul: ceea ce oferă Albul nu este propria persoană, ci poezia sa. Antiteza brutală din partea unei femei ursuze este să joace „Violul” de gradul doi („Şterge-o, băiete!”). Un joc „Viol” de gradul trei, care este de presupus că se poate întâmpla, ar fi, desigur, un răspuns cumplit de josnic în situaţia dată. Dacă femeia este doar proastă, ea va juca „Violul” de gradul întâi, folosindu-se de complimente pentru a-şi hrăni vanitatea, fără să aprecieze eforturile
creative şi talentele Albului. în general, jocul este stricat dacă femeia îl ia drept o încercare de seducţie, în loc să-l vadă ca pe o demonstraţie de virtuozitate artistică.
Jocuri înrudite. Fiind un joc, „Cavalerul” trebuie deosebit de operaţiile şi procedurile specifice curtării propriu-zise, care sunt

tranzacţii simple, fără motivaţii ascunse. Corespondentul feminin al „Cavalerului” poate fi numit în mod foarte adecvat „Măgulirea”', dat fiind că este jucat adesea de către doamnele irlandeze galante aflate la amurgul vieţii.

* „Blamey”, în engleză, care este şi numele unui bloc de piatră din

Irlanda, considerat a da puteri persuasive celui care-l sărută.

(N.t.)ANALIZĂ PARŢIALĂ

Scopul: Admiraţie reciprocă.

Rolurile: Poetul, subiectul admiraţiei.

Paradigma socială: Adult-Adult.

Adult (bărbat): „Uite cât de bine te pot face să te

simţi”.

Adult (femeie): „Măi, dar chiar mă faci să mă simt bine”.

Paradigmă psihologică: Copil — Copil. Copil (bărbat): „Uite ce fraze

pot crea”.

Copil (femeie): „Măi, dar eşti chiar creativ”. Beneficiile: (1) Psihologic intern — creativitate şi
confirmare în privinţa propriei atractivităţi.
(2) Psihologic extern — evită respingerea unor avansuri sexuale inutile. (3) Social intern — „Cavalerul”.
(4) Social extern — acestea pot fi aleatorii.
(5) Biologic — semne reciproce de recunoaştere (strokes). (6) Existenţial — Pot trăi cu eleganţă.
3. BUCUROS SĂ FIU OE AJUTOR
Teza. Albul îi ajută sistematic pe alţii, având o anumită motivaţie ascunsă. El poate face penitenţă pentru răutăţi din trecut, îşi

ascunde răutăţile din prezent, îşi face prieteni pentru a-i exploata mai târziu sau urmăreşte să obţină prestigiu. însă oricine îi pune la îndoială motivaţiile trebuie să-i acorde şi credit pentru acţiunile sale. La urma urmelor, oamenii îşi pot acoperi răutăţile din trecut devenind şi mai răi, pot exploata oamenii prin frică, şi nu prin generozitate şi pot căuta prestigiul prin fapte rele, nu bune. Unii filantropi sunt
mai interesaţi de competiţie decât de binefacere: „Eu dau mai mulţi bani (lucrări de artă, hectare de pământ) decât ai dat tu". Din nou, dacă motivaţiile lor sunt puse la îndoială, atunci trebuie să li se recunoască şi meritul de a concura într-un mod constructiv, având în vedere că există atât de mulţi oameni care concurează la modul distructiv. Majoritatea oamenilor (sau a popoarelor) care joacă „Bucuros să fiu de ajutor" au atât prieteni, cât şi duşmani, ambele categorii având sentimente îndreptăţite. Duşmanii le atacă motivaţiile şi le minimalizează importanţa acţiunilor, în timp ce prietenii le sunt recunoscători pentru acţiunile lor şi le minimalizează importanţa motivaţiilor. Ca atare, practic, nu există aşa-numite analize „obiective" ale acestui joc. Cei care pretind că sunt neutri arată curând de care parte este neutralitatea lor.
Acest joc, ca manevră de promovare, constituie baza unei mari laturi a „relaţiilor cu publicul" din America. Dar consumatorii sunt bucuroşi să se implice şi probabil că este cel mai plăcut şi constructiv dintre jocurile publicitare. în alt context, una dintre formele sale cele mai reprobabile este jocul de familie la trei mâini în care mama şi tatăl concurează pentru afecţiunea copilului lor. Dar trebuie remarcat că şi aici alegerea jocului „Bucuros să fiu de ajutor" anulează o parte din imaginea negativă, dat fiind că există atât de multe alte moduri foarte neplăcute de a concura — cum ar fi, de pildă, „Mămica este mai bolnavă decât tăticul" sau „De ce-l iubeşti mai mult pe el decât pe mine?".

4. ÎNŢELEPTUL MODEST

Teza. Acesta este mai degrabă un scenariu de viaţă decât un joc, dar are anumite aspecte specifice jocurilor. Un om bine educat şi elevat învaţă cât poate de mult despre tot felul de lucruri în afara

propriei sale meserii. La vârsta pensionării, părăseşte metropola unde ocupa un post de răspundere şi se mută într-un mic oraş. Acolo, oamenii află curând că se pot duce la el în orice problemă — de la un zgomot la motor până la o rudă senilă — şi că el îi va ajuta dacă poate, iar dacă nu, îi va trimite la altcineva calificat. Astfel, curând îşi găseşte locul său în noul mediu, cel de „înţelept modest", care nu are pretenţii, dar e întotdeauna dispus să asculte, în forma sa cea mai bună, este jucat de oameni care şi-au dat osteneala să meargă la un psihiatru pentru a-şi examina motivaţiile şi pentru a învăţa ce greşeli să evite înainte să-şi asume acest rol.

5. VOR FI BUCUROŞI CĂ M-AU CUNOSCUT

Teza. Aceasta este o variantă mai valoroasă a lui „Le arăt eu lor". Există două forme ale jocului „Le arăt eu lor". în forma distructivă, Albul „le arată el lor" făcându-le rău. Astfel, se pune singur pe o poziţie superioară, nu pentru prestigiu sau avantaje materiale, ci pentru că astfel are puterea de a-şi manifesta duşmănia. în forma constructivă, Albul munceşte din greu şi face toate eforturile pentru a câştiga prestigiu, dar nu de dragul valorii măiestriei sau realizărilor sale oneste (deşi acestea pot juca un rol secundar), nici pentru a le face rău în mod direct duşmanilor săi, ci

pentru ca aceştia să ajungă să fie roşi de invidie şi să regrete că nu s-au purtat mai bine cu el

.în „Vor fi bucuroşi că m-au cunoscut”, Albul nu lucrează în

detrimentul, ci în interesul foştilor săi asociaţi. El vrea să le arate că au avut dreptate să-l trateze cu prietenie şi respect şi să le demonstreze, spre satisfacţia lor, că au gândit corect. Pentru a-şi asigura victoria în acest joc, mijloacele şi scopurile sale trebuie să fie onorabile, în asta constând superioritatea acestui joc faţă de „Le arăt eu lor”. Atât „Le arăt eu lor”, cât şi „Vor fi bucuroşi că m-au cunoscut” pot fi doar beneficii secundare ale succesului, şi nu jocuri. Ele devin jocuri când Albul este mai interesat de efectele asupra duşmanilor sau prietenilor săi decât de succes în sine.

PARTEA A-III-A DINCOLO DE JOCURI 13

SEMNIFICAŢIA JOCURILOR

1. Jocurile sunt transmise din generaţie în generaţie. Jocul preferat al oricărui individ poate fi găsit în trecut, la părinţii şi bunicii lui, şi în viitor, la copiii lui; aceştia, la rândul lor, în lipsa unei intervenţii de succes, îl vor transmite mai departe nepoţilor lor. Astfel,
analiza jocurilor are loc într-o imensă matrice istorică, a cărei întindere demonstrabilă în trecut merge până la 100 de ani şi care este proiectată în viitor, cu siguranţă, pentru cel puţin 50 de ani. întreruperea acestui lanţ ce implică cinci sau mai multe generaţii poate avea efecte în progresie geometrică. Există mulţi indivizi în viaţă care au peste 200 de descendenţi. Jocurile pot fi diluate sau alterate de la o generaţie la alta, dar pare să existe o tendinţă puternică de a alege ca viitori parteneri mai ales oameni care practică jocuri din aceeaşi familie, dacă nu chiar de acelaşi gen. Aceasta este semnificaţia istorică a jocurilor.
2. „Creşterea” copiilor înseamnă în primul rând a-i învăţa ce jocuri să joace. Culturile diferite şi clasele sociale diferite preferă tipuri diferite de jocuri, iar
diferitele triburi şi familii preferă diferite variante ale acestora. Aceasta este semnificaţia culturală a jocurilor.

3. Jocurile se află undeva între discuţiile pentru trecerea timpului şi intimitate. Discuţiile pentru trecerea timpului devin plictisitoare prin repetiţie, ca şi petrecerile promoţionale. Intimitatea necesită o prudenţă sporită şi înseamnă lucruri diferite pentru Părinte, Adult şi Copil. Societatea nu vede cu ochi buni francheţea directă decât în cadru privat; bunul-simţ ştie că abuzul poate apărea oricând; iar Copilul se teme de ea din cauza dezvăluirilor pe care le implică. Prin urmare, pentru a scăpa de plictiseala discuţiilor pentru trecerea timpului fără să se expună pericolelor intimităţii, majoritatea oamenilor aleg, ca un compromis, practicarea jocurilor, când sunt disponibile, iar acestea umplu cea mai mare parte a orelor, mult mai interesante, de interacţiune socială. Aceasta este semnificaţia socială a jocurilor.
4. Oamenii îşi aleg ca prieteni, asociaţi şi parteneri intimi persoane care joacă aceleaşi jocuri. Prin urmare, „oricine este cineva" într-un anumit cerc social (aristocraţie, bandă juvenilă, club social, campus universitar etc.) se comportă într-un mod care poate părea complet străin membrilor unui cerc social diferit. Invers, orice membru al unui cerc social care-şi schimbă jocurile tinde să fie exclus, dar va constata că este bine venit într-un alt cerc social. Aceasta este semnificaţia personală a jocurilor.

NOTĂ

Cititorul ar trebui să fie de acum capabil să facă diferenţa între analiza matematică a jocurilor şi cea tranzacţională. Analiza matematică a jocurilor postulează jucători care sunt pur raţionali. Analiza tranzacţională se ocupă de jocuri care sunt neraţionale

sau chiar iraţionale şi, ca atare, mai reale

.JUCĂTORII

Multe jocuri sunt jucate cel mai intens de către cei cu tulburări psihice; vorbind la modul general, cu cât tulburarea este mai

gravă, cu atât joacă mai dur. Totuşi este foarte curios că unii schizofrenici par să refuze jocurile şi cer francheţe încă de la început. în viaţa de zi cu zi, jocurile sunt practicate cu cea mai mare convingere de două categorii de oameni: Bosumflaţii şi Rigizii sau încuiaţii.

Bosumflatul este un bărbat furios pe mama lui. în urma investigaţiilor reiese că este furios pe ea încă din copilăria mică. Adesea, Copilul din el are motive întemeiate să fie furios: poate că ea l-a „părăsit" într-o perioadă critică a copilăriei lui, îmbolnăvindu-se şi plecând la spital, sau poate că i-a făcut prea mulţi fraţi. Uneori se poate să-l fi părăsit deliberat — poate că l-a trimis la internat, ca să se poată recăsători. în orice caz, de atunci s-a bosumflat. Nu-i plac femeile, deşi poate fi un Don Juan. Dat fiind că bosumflarea este iniţial deliberată, decizia de a se bosumfla poate fi anulată în orice perioadă a vieţii, la fel cum se poate întâmpla acestlucru în copilărie atunci când vine momentul cinei. Condiţiile pentru anularea acestei decizii sunt aceleaşi pentru adultul Bosumflat, ca şi pentru băieţel. El trebuie să-şi poată salva onoarea şi trebuie să i se ofere ceva de valoare în schimbul privilegiului de a fi bosumflat. Uneori, jocului „Psihiatria", care altfel ar putea dura câţiva ani, i se poate pune capăt prin anularea deciziei de a se bosumfla. Acest lucru necesită o pregătire atentă a pacientului, găsirea momentului potrivit şi a abordării adecvate. Stângăcia sau presiunea din partea terapeutului va avea rezultate la fel de proaste ca în relaţia cu un băieţel bosumflat; pe termen lung, pacientul i-o va plăti terapeutului pentru neîndemânarea lui, la fel cum băieţelul le-o va plăti, în cele din urmă, părinţilor săi nepricepuţi.

Mutatis mutandis, situaţia este la fel şi în cazul femeilor bosumflate, dacă sunt furioase pe tată.

„Piciorul de lemn” jucat de ele („La ce te aştepţi de la o femeie care a avut un asemenea tată?”) trebuie să fie abordat cu şi mai multă diplomaţie de către un terapeut bărbat. Altfel el riscă să fie

aruncat în coşul de gunoi al „bărbaţilor care sunt ca tata”.

Toţi avem ceva de Rigid în noi, dar scopul analizei jocurilor este să menţină acest aspect la un nivel minim. Un Rigid este o persoană hipersensibilă la influenţele Parentale. Ca atare, procesarea informaţiilor de către Adultul său şi spontaneitatea Copilului său vor fi bruiate în momentele cruciale, rezultând un comportament neîndemânatic sau neadecvat. în cazurile extreme, Rigidul se îmbină cu Linguşitorul, Fandositul şi Insistentul. Rigidul nu trebuie confundat cu schizofrenicul rătăcit, care are un Părinte complet nefuncţional şi un Adult foarte puţin funcţional, astfel încât trebuie să facă faţă lumii doar în starea eului d

eCopil confuz. Este interesant că, în folosirea obişnuită a limbajului, „rigid” este un epitet aplicat bărbaţilor sau, în cazuri rare, femeilor cu trăsături masculine.

3

Un Pedant este mai mult un încuiat decât un Rigid; „Pedant(ă)” este un termen rezervat de obicei femeilor, dar uneori este folosit şi pentru bărbaţii cu unele tendinţe feminine.

UN EXEMPLU TIPIC

Să luăm în considerare următorul schimb dintre o pacientă (P) şi un terapeut (T):

P: „Am un proiect nou — să fiu punctuală.” T.: „Voi încerca să

cooperez.”

P: „Nu-mi pasă de tine. O fac pentru mine... Ghici ce notă am luat la examenul de istorie!”
T.: „Nouă.”
P: „Cum de ai ştiut?”
T.: „Fiindcă te temi să iei zece.”
P.: „Da, o făcusem de zece, dar mi-am revăzut lucrarea şi am tăiat trei răspunsuri corecte, înlocuindu-le cu trei greşite.”

T.: „îmi place discuţia asta. Nu e rigidă.”

P.: „Ştii, aseară mă gândeam cât am progresat. Mi-am

dat seama că acum mai sunt Rigidă doar 17%.”

T.: „în dimineaţa asta eşti 0% până acum, deci ai

dreptul la o reducere de 34% la runda viitoare.”

P.: „Totul a început acum şase luni. Atunci m-am uitat

la cafetiera mea şi am văzut-o cu adevărat pentru prima oară. Iar acum este cu totul altfel când aud păsăril

ecântând, când mă uit la oameni şi ei chiar sunt acolo cu adevărat, dar cel mai grozav este că eu sunt acolo cu adevărat. Şi nu sunt doar acolo; în clipa asta sunt aici. Ieri eram într-o galerie de artă şi priveam un tablou.
Un bărbat s-a apropiat şi mi-a spus: «Gauguin e foarte frumos, nu-i aşa?» Aşa că i-am răspuns: «Şi mie îmi place de tine». Apoi am ieşit împreună la un pahar şi e un tip foarte de treabă.”
Această discuţie este prezentată drept o conversaţie nerigidă, lipsită de jocuri, între doi Adulţi autonomi, cu următoarele adnotări:
„Am un proiect nou — să fiu punctuală.” Acest anunţ a fost făcut după punerea lui în practică. Pacienta întârzia aproape întotdeauna. De data asta n-o făcuse. Dacă punctualitatea ar fi fost o dispoziţie, un act de „voinţă”, o impunere a Părintelui asupra Copilului, făcută doar pentru a fi încălcată, atunci ar fî fost anunţată înaintea punerii ei în practică: „Asta este ultima dată când mai întârzii”. Asta ar fi fost o încercare de iniţiere a unui joc. Anunţul pacientei n-a fost aşa ceva. A fost o decizie a Adultului, un proiect, nu o dispoziţie. Pacienta a continuat să fie punctuală.
„Voi încerca să cooperez.” Aceasta n-a fost o afirmaţie „suportivă” şi nici prima mutare într-un nou joc „încerc doar să te ajut”.
Şedinţa pacientei venea după pauza de cafea a terapeutului. Şi

cum ea întârzia de regulă, el îşi făcuse obiceiul să nu se grăbească şi să vină şi el mai târziu. Când ea a făcut acea declaraţie, el şi-a dat seama că vorbeşte serios, aşa că a făcut şi el o declaraţie.

5

Tranzacţia a fost un contract din Adult pe care I- au respectat amândoi, şi nu o tachinare din Copil a unei figuri Parentale care, datorită poziţiei sale, s-a simţit obligat să fie un „tătic bun" şi să spună că va coopera.

„Nu-mi pasă de tine." Această afirmaţie subliniază faptul că punctualitatea ei este o decizie, şi nu o dispoziţie care să fie exploatată ca parte a unui joc de pseudoadaptare.

„Ghici ce notă am luat." Aceasta este o discuţie pentru trecerea timpului de care erau conştienţi amândoi şi pe care s-au simţit liberi să şi-o permită. N-a fost nevoie ca el să-i demonstreze ce atent este spunându-i că era o discuţie pentru trecerea timpului, lucru pe care ea îl ştia deja, şi n-a fost nevoie ca ea să se abţină s-o joace doar pentru că se numea „discuţie pentru trecerea timpului".

„Nota nouă." Terapeutul a considerat că, în cazul ei, aceasta era singura notă posibilă şi că nu exista niciun motiv pentru care să nu-i spună asta. Falsa modestie sau teama de a greşi l-ar fi putut determina să pretindă că nu ştie.

„Cum de ai ştiut?" Aceasta a fost o întrebare din Adult, nu un joc „Vai, eşti minunat", şi merita un răspuns pertinent.

„Da, o făcusem de zece." Acesta a fost adevăratul examen. Pacienta nu s-a bosumflat făcând raţionalizări sau invocând scuze, ci şi-a confruntat deschis Copilul.

„îmi place discuţia asta." Această remarcă uşor amuzată şi următoarele similare erau expresii ale respectului reciproc din Adult, amestecat puţin, poate, cu o mică discuţie pentru trecerea timpului Părinte-Copil, care, din nou, a fost opţională pentru ambii şi de care erau amândoi conştienţi.

„Am văzut-o cu adevărat pentru prima oară.” Acum are dreptul la propriul său tip de conştientizare şi nu mai este obligată să vadă cafetierele şi oamenii aşa cum o învăţaseră părinţii ei.

6

„în clipa asta sunt aici.” Nu mai trăieşte în trecut sau în viitor, dar le poate aduce în discuţie, pe scurt, dacă acest lucru este util. „l-am răspuns: «Şi mie îmi place de tine».” Nu este obligată să piardă timp jucând „Galeria de artă” cu un nou-venit, deşi ar fi putut dacă ar fi vrut.

Terapeutul, la rândul său, nu se simte obligat să joace „Psihiatria”. Au existat mai multe ocazii în care putea deschide subiectul apărărilor, transferului şi interpretării simbolice, dar a fost capabil să le lase să treacă fără să simtă nicio anxietate. Merita totuşi să afle ce răspunsuri a modificat ea în lucrarea de examen, în vederea unor discuţii viitoare. Din păcate în restul timpului şedinţei, cele 17% din Rigid rămase în pacientă şi cele 18% rămase în terapeut au apărut din când în când. Pe scurt, conversaţia descrisă constituie o activitate asezonată cu oarecare discuţii pentru trecerea timpului.

AUTONOMIA

Atingerea autonomiei se manifestă prin eliberarea sau recuperarea a trei capacităţi: conştientizarea, spontaneitatea şi intimitatea. Conştientizarea este capacitatea de a vedea o cafetieră şi de a auzi cântecul păsărilor în felul tău propriu, nu în felul în care ai fost învăţat. Se poate presupune, în mod întemeiat, că văzul şi auzul sunt diferite la copii faţă de adulţi' şi că acestea sunt mai degrabă estetice decât intelectuale în primii ani de viaţă. Un băieţel vede şi aude păsările cu încântare. Apoi vine „bunul tată”, care simte că ar trebui să-şi „împărtăşească” experienţa şi să-şi ajute fiul să se „dezvolte”. îi spune: „Aceea este o gaiţă, iar aceasta e o vrabie”. Din momentul în care băieţelul este preocupat să priceapă care e gaiţă şi care e vrabie, el nu mai poate vedea sau asculta păsările. El trebuie să le vadă sau să le audă în felul în care vrea tatăl lui. Tatăl are şi el motive întemeiate, întrucât foarte puţini oameni îşi

permit să treacă prin viaţă doar ascultând cântecul păsărilor, şi cu cât băieţelul îşi începe

' Berne, E., „Primai Images & Primal Judgment”, Psychiatric

7

Quarterly,

29: 634-658,1955

.„educaţia” mai repede, cu atât este mai bine. Poate va deveni omitolog când va creşte. Câţiva oameni mai pot vedea şi auzi totuşi ca în copilărie. Dar majoritatea membrilor rasei umane şi-au pierdut capacitatea de a fi pictori, poeţi sau muzicieni şi nu mai au opţiunea de a vedea şi auzi în mod direct nici chiar dacă îşi pot permite acest lucru; ei trebuie să le obţină la mâna a doua. Recuperarea acestei capacităţi este numită aici „conştientizare”. Conştientizarea fiziologică înseamnă o percepţie eidetică însoţită de reprezentări eidetice*. Poate că există, cel puţin la anumiţi indivizi, o percepţie eidetică şi la nivelul gustului, mirosului şi chinesteziei, ceea ce-i face să fie artiştii noştri în aceste domenii: maeştri bucătari, parfumieri şi dansatori, a căror eternă problemă este găsirea unui public capabil să le aprecieze produsele. Condiţia conştientizării este să trăieşti în aici şi acum, nu în altă parte, nu în trecut, nu în viitor. O bună ilustrare din viaţa americană este şofatul grăbit dimineaţa spre serviciu. întrebarea-cheie este: „Unde e mintea când corpul se află aici?” Şi există trei cazuri obişnuite.

1. Omul a cărui principală preocupare este să ajungă la timp se află cel mai departe cu mintea sa. Corpul îi este în faţa volanului, mintea îi este la uşa biroului, iar el este orb la tot ce-l înconjoară în mod imediat, cu excepţia obstacolelor care împiedică momentul în care somaticul îi va ajunge din urmă psihicul. Acesta este Rigidul, a cărui principală preocupare este ce părere va avea şeful despre el. Dacă este în întârziere, se va chinui să ajungă, chiar cu răsuflarea tăiată. Copilul adaptat este la comandă şi jocul lui este „Uite cât de mult am încercat”. în timp ce şofează, este lipsit

aproape complet de autonomie, iar ca fiinţă umană, în esenţă este mai

Jaensch, E.R., Eidetic Imagery, Harcourt, Brace & Company, New

York, 1930.

degrabă mort decât viu. Este foarte posibil ca această situaţie să favorizeze cel mai mult apariţia hipertensiunii sau a unei boli coronariene.

2. Bosumflatul, pe de altă parte, nu este preocupat atât de punctualitate, cât de găsirea unor scuze pentru întârziere. Penele de cauciuc, semafoarele prost sincronizate şi neatenţia sau stupizenia celorlalţi şoferi intră foarte bine în schema lui şi, în secret,

sunt întâmpinate cu bucurie sub forma contribuţiilor la jocul său de Copil rebel sau Părinte îndreptăţit „Uite ce m-au împins să fac". Şi el este orb la tot ceea ce-l înconjoară, cu excepţia acelor lucruri care se înscriu în jocul său, dar mintea lui este departe, în căutarea neajunsurilor şi a nedreptăţilor.

3. Mai puţin obişnuit este „şoferul natural", pentru care şofatul este

0 îngemănare între ştiinţă şi artă. Când se strecoară cu rapiditate şi măiestrie prin trafic, el este una cu vehiculul său. Şi el e orb la tot ce-

1 înconjoară, în afară de ceea îi dă prilejul să-şi arate măiestria, care este totodată şi răsplata sa, dar el este foarte conştient de sine şi de maşina pe care o controlează atât de bine şi, în această măsură, este viu. Formal, acest tip de a şofa este un mod Adult de petrecere a timpului, din care Copilul şi Părintele său pot obţine şi ei satisfacţii.

4. Al patrulea caz este persoana conştientă, care nu se va grăbi deoarece trăieşte în momentul prezent, în mediul său de aici: cerul şi arborii, precum şi senzaţia de mişcare. A se grăbi înseamnă să neglijeze acest mediu şi să fie conştient doar de ceva încă nevăzut de pe drum sau doar de obstacole, ori numai de propria persoană. Un chinez tocmai intra la metrou când colegul

lui caucazian i-a spus că ar putea scurta drumul cu 20 de minute dacă ar lua un tren expres, ceea ce au şi făcut. După ce au coborât

9

în Central Park, spre surprinderea colegului său, chinezul s-a aşezat pe o bancă. El

aexplicat: „Am câştigat 20 de minute, aşa că ne putem permite să stăm tot acest timp aici şi să ne bucurăm de ceea ce ne înconjoară”.

Persoana conştientă este vie pentru că ştie ce simte, când şi unde se află. Ştie că după ce va muri arborii vor fi tot acolo, însă ea nu-i va mai putea privi din nou, aşa încât vrea să-i privească acum, cât mai profund posibil.

Spontaneitatea înseamnă opţiune, libertatea de a-ţi alege şi exprima emoţiile din sortimentele disponibile (emoţii ale Părintelui, emoţii ale Adultului şi emoţiile Copilului). înseamnă eliberarea de compulsia de a intra în jocuri şi de a avea doar emoţiile pe care ai fost învăţat să le ai.

Intimitatea înseamnă francheţea spontană, lipsită de jocuri, a unei persoane conştiente, înseamnă eliberarea Copilului necorupt, receptiv eidetic, în toată candoarea lui de a trăi în aici şi acum. Se poate dovedi experimental* că percepţia eidetică trezeşte afecţiunea şi că francheţea mobilizează emoţii pozitive, astfel încât poate exista chiar şi o „intimitate unilaterală” — fenomen bine cunoscut, deşi nu sub acest nume, seducătorilor de meserie, care sunt capabili să-şi subjuge partenerii fără ca ei înşişi să se implice. Ei fac acest lucru încurajând cealaltă persoană să-i privească direct şi să le vorbească în mod liber, în timp ce seducătorul sau seducătoarea oferă o falsă reciprocitate extrem de bine controlată.

Aceste experimente sunt încă în stadiul de pilot în cadrul Seminarelor de Psihiatrie Socială din San Francisco. Utilizarea

experimentală eficace a analizei tranzacţionale necesită instruire specială şi experienţă, la fel ca utilizarea eficace a cromatografiei sau spec-trofotometriei în infraroşu. Diferenţierea între un joc şi o

discuţie pentru trecerea timpului nu este mai uşoară decât diferenţierea între o stea şi o planetă. Vezi Beme, E., „The Intimacy Experiment", Transactional Analysis Bulletin, 3:113,1964. „More About Intimacy". Ibid, 3:125,1964.

Pentru că intimitatea este în esenţă o funcţie a Copilului liber (cu toate că este exprimată într-o matrice de interrelaţionări psihologice şi sociale), ea tinde să iasă bine dacă nu este perturbată prin intervenţia jocurilor. De obicei, ceea ce o strică este adaptarea la influenţele Parentale, iar aceasta, din nefericire, este universală, însă la început, până să fie corupţi, majoritatea copiilor par să fie iubitori*, aceasta fiind natura esenţială a intimităţii, după cum s-a dovedit experimental.

Unii copii sunt corupţi sau înfometaţi foarte devreme (datorită marasmului sau unor tipuri de colici) şi nu au niciodată şansa să- şi exerseze această capacitate

.OBŢINEREA AUTONOMIEI

în mod deliberat sau inconştient, părinţii îşi învaţă copiii de la naştere cum să se comporte, cum să gândească, să simtă şi să perceapă. Eliberarea de aceste influenţe nu este uşoară, de vreme ce ele sunt adânc înrădăcinate şi sunt necesare supravieţuirii biologice şi sociale în timpul primelor două sau trei decenii de viaţă într- adevăr, o asemenea eliberare este posibilă doar datorită faptului că individul îşi începe viaţa într-o stare de autonomie, adică este capabil de conştientizare, spontaneitate şi intimitate, şi are o oarecare libertate de alegere în privinţa părţilor din învăţăturile parentale pe care le va accepta. în anumite momente,

la începutul vieţii, el decide cum se va adapta acestor învăţături. Această adaptare poate fi modificată datorită faptului că ea constă într-o serie de decizii, iar deciziile sunt reversibile în circumstanţe

favorabile.

Prin urmare, obţinerea autonomiei constă în respingerea tuturor inadecvărilor discutate în capitolele 13,14 şi 15. Iar o asemenea respingere nu este niciodată definitivă: există o luptă continuă împotriva afundării înapoi în vechile obiceiuri.

Mai întâi, după cum spuneam şi în capitolul 13, individul trebuie să se elibereze de sub greutatea unei întregi tradiţii istorice familiale sau tribale, ca în cazul sătenilor lui Margaret Mead din Noua Guinee*, apoi trebuie să se debaraseze de influenţa mediului cultural, social şi parental individual. Acelaşi lucru trebuie să facă şi cu cerinţele societăţii contemporane în general şi, în cele din urmă, trebuie să sacrifice, parţial sau în întregime, beneficiile care derivă din cercul social imediat. După aceea, trebuie să renunţe la toate răsfăţurile şi recompensele facile conferite de starea de Bosumflat sau Rigid descrise în capitolul 14. După acest lucru, individul trebuie să obţină control personal şi social, astfel încât toate categoriile de comportamente descrise în anexă, în afaiă de vise poate, să devină alegeri libere, supuse doar voinţei sale. Astfel, el va fi pregătit pentru relaţii lipsite de jocuri precum cele ilustrate în exemplul din capitolul 15. în acest punct, el poate fi capabil să-şi dezvolte capacitatea de a fi autonom. în esenţă, toată această pregătire constă în obţinerea unui divorţ amiabil de propriii părinţi (şi de influenţele Parentale), astfel încât aceştia să poată fi vizitaţi cu plăcere din când în când, fără a mai fi însă dominanţi.

' Mead, M., New Ways of Old, William Morrow & Company, New York, 1956

.CE URMEAZĂ DUPĂ JOCURI?

Imaginea sumbră prezentată în partea I şi în partea a Il-a din această carte, în care viaţa umană este în principal un proces de

umplere a timpului în aşteptarea morţii sau a lui Moş Crăciun, cu foarte puţine opţiuni — dacă există vreuna — de alegere a obiectului tranzacţiilor de pe durata acestei aşteptări îndelungate,

este un loc comun, dar nu şi un răspuns definitiv. Pentru anumiţi oameni norocoşi, există ceva care transcende clasificarea comportamentelor — iar acest lucru este conştientizarea; mai există ceva care se ridică deasupra programării trecutului — şi acest lucru este spontaneitatea; şi mai e ceva care oferă satisfacţii mai mari decât jocurile — şi anume intimitatea. Dar toate trei pot fi înfricoşătoare şi chiar periculoase pentru cineva nepregătit. Poate că unei asemenea persoane îi este mai bine aşa cum e acum, căutând soluţii în tehnicile populare de acţiune socială, cum ar fi „convivialitatea”. Acest lucru poate însemna că nu există nicio speranţă pentru specia umană ca întreg, dar există speranţă pentru unii dintre membrii săi.

JOCURILE NOASTRE DE TOATE ZILELE

ANEXA

CLASIFICAREA COMPORTAMENTELOR

în orice clipă, fiinţa umană este angajată într-unui sau mai multe comportamente din următoarele clase:

Clasa 1. Programat intern (arheopsihic). Comportament autist. Ordin: (a) Vise. (b) Fantasme.	
Familii: i	i. Fantasme externe (împlinirea dorinţelor).

	ii. Tranzacţii autiste, Neadaptat.
13 (c) Amnezii.	iii. Tranzacţii autiste, Adaptat (cu programare neopsihică).

(d) Comportament delirant.

(e) Acţiuni involuntare. Familii: i. Ticuri.

ii. Maniérisme.

iii. Parapraxii.

(f) Altele.

Clasa a ll-a. Programat probabilistic (neopsihic). Comportament testat în realitate.

Ordin: (a) Activităţi. Familii:

(b) Proceduri. Familii:

i. Profesii, schimburi comerciale etc.

ii. Sporturi, hobby-uri etc.

i. Procesarea informaţiilor.

ii. Tehnici.

(c) Altele.

Clasa a lll-a. Programat social (parţial exteropsihic). Comportament social.

Ordin: (a) Ritualuri şi ceremonii.

(b) Discuţii pentru trecerea timpului.

(c) Operaţii şi manevre.

(d) Jocuri.

Subordin: A. Jocuri profesionale (tranzacţii unghiulare). B. Jocuri sociale (tranzacţii duble).

(e) Intimitate.

în această schemă, jocurile sociale discutate mai înainte ar fi clasificate în felul următor: Clasa a lll-a. Programate social; Ordin: (d) Jocuri; Subordin:
B. Jocuri sociale.
Intimitatea, „capătul de linie", este ultima ramură din clasificare şi face parte din viaţa fără jocuri.
Cititorul are toată libertatea să critice (dar nu să scuipe sau să batjocorească) clasificarea de mai sus. Este inclusă aici nu pentru că autorul este îndrăgostit de ea, ci pentru că este mai funcţională, mai realistă şi mai practică decât alte sisteme folosite acum, şi poate fi utilă celor cărora le plac taxonomiile sau au nevoie de ele.
COMENTARIU
Următoarea recenzie, făcută de Kurt Vonnegut Jr. cărţii Jocurile noastre de toate zilele, a apărut în numărul din 11 iunie 1965 al revistei Life.
Numele acestui joc este „Scandalul": „Tatăl vine acasă de la muncă şi îi găseşte ceva de reproşat fiicei, care îi răspunde necuviincios; sau fiica poate face prima mutare, fiind necuviincioasă cu el, lucru pe care tatăl i-l reproşează. Amândoi

ridică vocea şi cearta se intensifică. Rezultatul depinde de cel care a iniţiat jocul. Există trei posibilităţi: (a) tatăl se retrage în dormitorul lui şi trânteşte uşa; (b) fiica se retrage în dormitorul ei

şi trânteşte uşa; (c) amândoi se retrag în dormitoarele lor şi trântesc uşile. în orice caz, finalul jocului «Scandalul» este marcat de trântirea uşilor. «Scandalul» oferă o soluţie neplăcută, dar eficace la problemele sexuale care apar în anumite familii între taţi şi fiicele lor adolescente. Adesea, cei doi pot locui în aceeaşi casă doar dacă sunt furioşi unul pe celălalt, iar trântirea uşilor subliniază pentru amândoi faptul că au dormitoare separate".
Astfel scrie dr. Eric Berne, un psihanalist de 50 de ani din San Francisco, într-un volum ştiinţific subţire intitulat Jocurile noastre de toate zilele. Dr. Beme, ale cărui reviste preferate sunt Science şi Mad, iar în materie de cărţi preferă romanul de aventuri al lui J.B. FraserThe Kuzzilbash şi povestirile umoristice ale lui S.J. Perelman din Dawn Ginsbergh's Revenge, a vizitat instituţii de boli mintale din 30 de ţări, plătindu-şi drumul cu bani câştigaţi la poker. Cartea sa Jocurile noastre de toate zilele a intrat la tipar în august anul trecut, într-un prim tiraj precaut de 3 000 de exemplare.
De atunci, s-au vândut 41 000 de exemplare şi acest lucru nu este de mirare. Cartea este un catalog strălucit, amuzant şi clar al teatrului psihologic pe care fiinţele umane îl joacă la nesfârşit. Când cineva creează o agitaţie socială obişnuită pentru a obţine o uşurare sau o satisfacţie ascunsă, dr. Beme spune că este vorba despre un joc.
în mutarea de deschidere a jocului „încearcă să recuperezi", de pildă, un jucător acumulează o datorie mare, pe care nu se grăbeşte deloc s-o plătească, (întâmplător, acesta este un joc despre care autorul spune că este învăţat, de obicei, de către copii de la părinţii lor.) Mutările de mijloc sunt ameninţările şi urmăririle uşor comice, care datornicilor li se par delicioase. Finalul, în care creditorul fie îşi recuperează datoria, fie renunţă, conduce adesea

la o nouă rundă a unui alt joc, cum ar fi „Acum te-am prins, ticălosule!” sau „De ce mi se întâmplă întotdeauna mie?”
Dr. Beme creionează 101 jocuri în 186 de pagini, ceea ce-l face,

într-adevăr, la fel de eficient ca Hoyle.
O asemenea economie este posibilă pentru că toate temele sunt trist, dulce sau crud de familiare şi pentru că doctorul le dă nume foarte plastice, care spun aproape totul: „Dă-mi un şut”, „Dacă n-ai fi fost tu”,
„încerc doar să te ajut”, „Eşti neobişnuit de receptivă”, „Piciorul de lemn”, „Neîndemânaticul”, „Să-I fraierim pe Joey”. El îi aduce un cald omagiu lui Stephen Potter (Gamemanship, Lifemanship etc.), ca pionier în domeniu. Dar lasă deoparte mofturile din genul lui Potter, cerând ca jocurile să fie tratate cu respectul datorat, să zicem, unei bombe cu ceas pe cale să se declanşeze. Căci unele se pot sfârşi prin divorţ, omor sau sinucidere.
Această carte este importantă — dacă nu pentru specialişti, atunci pentru oamenii obişnuiţi, care au o nevoie chinuitoare de indicii simple pentru a înţelege ce se întâmplă cu adevărat. Ea infirmă totodată ideea falsă că un romancier sau dramaturg, datorită intuiţiei sale magice, poate să dezvăluie mai multe despre viaţă decât ar putea s-o facă vreodată un medic. Bunul doctor, vrând doar să-şi adauge propriile observaţii artei de a vindeca, a oferit câteva rânduri pe care exegeţii nu le vor epuiza în următorii 10 000 de ani.
O carte atât de inteligentă despre jocuri ca aceasta n-ar fi putut fi scrisă de cineva care să nu fie un jucăuş incorigibil, aşa că şi părţile de teorie sună uşor ludic.
Dar să ne uităm la diagrama simplă a întâlnirii dintre două persoane pe care ne-o dă doctorul. Orice persoană matură, spune el, are trei părţi în personalitatea lui: o parte de copil, o parte adultă şi o parte ce-i imită pe părinţi. în orice moment, persoana poate răspunde ca Părinte (P), ca Adult (A) şi ca un Copil (C).

Există nouă combinaţii diferite (P-P, P-A, P-C etc.) în care cei doi pot comunica, dintre care unele sunt plăcute, altele înnebunitoare, unele utile, iar altele nu. Doctorul nu recomandă o relaţie A-A tot

timpul. Fiecare dintre cele nouă combinaţii este utilă în anumite situaţii. C-C este potrivită în dragoste. Este prea simplificat? Cu siguranţă, dar nu este reconfortant după toate chestiile alea despre Oedip?

Descrierile jocurilor nu constituie grosul cărţii şi nici măcar partea ei cea mai importantă. Bănuiesc că majoritatea oamenilor citesc întâi jocurile, sărind peste partea teoretică pe care dr. Beme o construieşte cu atenţie înaintea lor. Fără îndoială că jocurile vând această carte, pentru că ele au ciudatul farmec de tip „Uite-o pe mătuşa Louise!" din benzile desenate de Abner Dean. însă după aceea descoperi partea plină de sevă de la început, iar cartea îşi dublează valoarea.

Kurt Vonnegut este unul dintre cei mai populari scriitori ai Americii. Printre numeroasele sale cărţi se numără Abatorul cinci, Micul dejun al campionilor, Pianul mecanic, Galapagos şi Cutremur de timp.